

## **Les pratiques spirituelles en terres vézeliennes : le corps, les sens et l'environnement, par Natalia Couto Andriewski**

À toutes les principales entrées de Vézelay, il y a un petit panneau au bord de la route qui dit « Village d'accueil en Avallonnais ». Ce titre, attribué à la commune d'environ 500 habitants, est dû au fait qu'elle reçoit plus de 800 000 visiteurs chaque année<sup>1</sup>, parmi eux des pèlerins dans le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, des touristes et des résidents secondaires de passage pour un week-end en campagne. La Basilique Sainte-Marie-de-Madeleine, emblème du village et patrimoine mondiale de l'UNESCO, témoigne de l'importance de la religion chrétienne dans l'histoire locale et c'est ce qui attire bon nombre de ses visiteurs. Pour ceux qui arrivent pour la première fois, qui ne connaissent rien au petit village, le pèlerinage et le tourisme religieux sautent immédiatement aux yeux comme des éléments apparemment fondamentaux du lieu. En même temps, ils peuvent évoquer une question qui mène dans la direction opposée : dans un endroit si connu pour être un point de passage, quelle est l'expérience de ceux qui restent ?

Dans le cadre d'un stage de recherche ethnographique proposé par l'École des Hautes Études en Sciences Sociales de Paris, j'ai réalisé l'étude de la religiosité locale, concentré sur les personnes qui habitent actuellement à Vézelay et ses alentours, dont plusieurs étaient autrefois des visiteurs qui ont choisi de s'y installer. Motivée par les catégories d'enracinement et de spiritualité, je me suis tournée vers les pratiques dites spirituelles et de bien-être, courants parmi ceux qui ne s'identifient pas (ou pas entièrement) à la religion institutionnelle représentée par l'Église catholique. Pendant les deux semaines passées sur place, j'ai pu réaliser 17 entretiens semi-directifs avec des habitants de Vézelay, Saint Père, Brosses, Vault-de-Lugny, Arcy-sur-Cure et Fontenay-Près-Vézelay. J'ai également fait de l'observation participante lors d'activités menées par les interlocuteurs dans leur quête de connexion spirituelle. Concrètement, j'ai participé à quatre séances de méditation au Dojo Zen, une maison de méditation à Asquins, et j'ai suivi un cours de qi gong à Vézelay.

L'article est divisé en trois parties. Dans la première, je présente le développement initial de la recherche qui a conduit à l'élaboration de l'objet d'étude. Dans la deuxième partie, je fais une analyse du profil social des acteurs interrogés et je décris, à partir des discours locaux, ce que la région du Vézélien apporte à la trajectoire personnelle des habitants dans leur recherche spirituelle. Dans la troisième partie, je décris les différentes pratiques mobilisées par les acteurs dans leur quotidien en tant que des techniques du corps qui ont comme but l'éveil spirituelle et le bien-être. Je suggère, finalement, que faire une anthropologie de la spiritualité est avant tout faire une anthropologie du corps et des perceptions sensorielles.

### *Les chemins de la recherche*

Le stage de recherche a réuni 11 étudiants et 3 professeurs superviseurs et il a proposé un exercice ethnographique intensif, où nous aurions deux semaines pour élaborer et développer un sujet de recherche sur le lieu. Dès le premier jour, nous avons été présentés à des interlocuteurs locaux qui pouvaient servir de médiateurs à notre entrée sur le terrain. C'est ainsi que j'ai connu les fondateurs du Dojo Zen, Hervé et Loet, un couple néerlandais qui fréquentait la région depuis 2005 et qui s'y sont installé après leur retraite en 2019. Le Dojo, une maison de méditation située à Asquins qui compte environ 25 adhérents, m'a montré une voie de recherche possible dans le thème des « spiritualités alternatives », comme le propose Sutcliffe et Bowman (2000). Il s'agit des formes contemporaines de religiosité généralement

nées d'une critique de la religion institutionnelle et dogmatique, qui prennent la forme d'une recherche plus individuelle et personnalisée de connexion avec le transcendant. Dans un premier moment, j'étais motivée à comprendre s'il y avait une relation entre la spiritualité et l'attachement des personnes au lieu.

Avec cette question en tête et ayant été invitée par Hervé et Loet à participer aux prochaines séances de méditation du Dojo, je suis partie le lendemain au centre de Vézelay pour essayer de trouver des indices d'autres activités spirituelles « alternatives » dans la région. Je suis allée premièrement à l'Office de Tourisme, localisé au début de la rue Saint-Etienne. À l'intérieur, les murs étaient tous occupés par des affiches renseignant sur les événements, les activités et les services offerts dans l'Avallonnais. Parmi eux, j'ai rapidement trouvé une affiche du Dojo Zen proche de la porte d'entrée. Des tables et des comptoirs autour de la salle présentaient encore d'autres brochures, où j'ai trouvé l'un d'une association appelée BEES (Bien Être en Soi), qui a réuni le contact de 41 professionnels de l'Avallonnais proposant des thérapies dites naturelles, comme l'aromathérapie, la kinésiologie, le magnétisme et des divers types de massages. Le but de l'association est que les « médecines naturelles soient complémentaires à la médecine allopathique (...) et qu'elles aillent ensemble vers un mieux-être aussi bien physique, qu'émotionnel et spirituel »<sup>23</sup>. L'existence de cette association m'indiquait la présence d'un réseau de professionnels installés dans la région qui pratiquent des thérapies mettant au premier plan une préoccupation avec la condition spirituelle de l'être humain. Encore une fois, ce sont des pratiques que l'on peut qualifier d'« alternatives », car elles partent généralement d'une critique des institutions traditionnelles, en l'occurrence la médecine allopathique. J'ai donc emporté la brochure avec moi pour que plus tard je puisse entrer en contact avec ces professionnels.

Ainsi se sont dessinés les deux axes principaux de mon travail de terrain, sur lesquels je me concentrerais pendant les deux semaines suivantes à Vézelay : (1) le Dojo Zen, qui me mettrait en contact avec d'autres habitants impliqués dans une quête spirituelle et me permettrait d'expérimenter la technique de méditation et ressentir ses effets sur mon propre corps ; et (2) l'Association BEES, à partir de laquelle j'ai pu échanger avec des professionnelles locaux qui offrent des services spécifiques visant l'amélioration de soi et la guérison spirituelle. Au cours de la recherche, j'ai été aussi présentée à d'autres personnes qui ne sont pas nécessairement associées à un de ces axes, mais dont les histoires et les expériences ont pu enrichir davantage la recherche et alimenter les réflexions sur la spiritualité en terres vézeliennes. L'intention de la recherche était alors de comprendre la trajectoire de vie des habitants jusqu'à leurs motivations à s'installer à Vézelay ou les alentours, le sens qu'ils attribuent à la spiritualité et comment celle-ci s'est inscrite dans leur vie quotidienne dans le village. Je voulais alors répondre aux questions suivantes : qu'est-ce que la spiritualité au Vézélien ? Comment peut-elle être atteinte par les individus ? Qu'apporte le lieu à la trajectoire spirituelle des habitants ?

### *« Plus que beau, c'est fort » : la néo-ruralité spirituelle au Vézélien*

Dans la paisible commune de Fontenay-près-Vézelay, en passant entre des propriétés rurales dans de petites rues qui montent et descendent, j'arrive à la maison d'Hervé et Loet. Le couple néerlandais, tous les deux professeurs universitaires de droit, a acheté cette maison en 2005 comme résidence secondaire et y a déménagé définitivement en 2019 après leur retraite. Ayant visité la région plusieurs fois par an tout au long de cette période, ils ont ouvert en 2013 le Dojo Zen dans la commune voisine Asquins avec d'autres locaux. Quand je suis arrivée chez

---

23 Citation retirée du site de l'Association BEES. Voir : <http://bienetreensoi.com/qui-sommes-nous>

eux, la maison était en travaux de rénovation à l'intérieur donc nous nous sommes installés à l'arrière, à côté d'un grand jardin fleuri avec un potager. La propriété avait une grande étendue d'espace vert, entourée de bois – un environnement très calme, avec le bruit presque constant des oiseaux en arrière-plan. Ils me racontent qu'ils connaissaient déjà le Morvan grâce aux voyages qu'ils avaient faits pendant leurs vacances. A l'une de ces occasions, ils ont séjourné à 200 mètres de la maison où ils habitent désormais, dans le gîte d'un bâtiment qui était autrefois un temple Zen du maître japonais Taisen Deishimaru. "On ne le savait pas à l'époque, mais c'est important pour l'histoire", dit Hervé. "Ce n'était pas une coïncidence", ajoute Loet. Lorsqu'ils ont vu la maison à vendre, ils ont appelé les propriétaires, Francis et Josiane, qu'ils découvrirait plus tard être disciples du maître Deishimaru. Avec eux, qui étaient enseignants zen dans un dojo à Avallon, Hervé et Loet ont été introduits à la méditation zen. Hervé termine de me raconter l'histoire de la maison avec une dernière anecdote : « *Il faut savoir que Francis et Josiane ont acheté cette maison pour être près de lui [maître Deishimaru]. Quand il est parti, ils ont décidé de rester, et lui, il leur a dit, « l'esprit de Bouddha ne quittera pas, je vais le transmettre à cette maison » (...) Francis et Josiane, ils ont jamais cru que nous suivrions le zen aussi, dans cette maison. Donc c'est très spécial qui par la maison, le zen s'est transmis »*

Loet me raconte qu'elle a été élevée dans la tradition catholique mais s'a éloigné de la religion pendant la majeure partie de sa vie ; ce n'était qu'avec l'achat de la maison qu'elle s'est reconnecté avec cette « dimension spirituelle ». Hervé, en revanche, quand il était jeune, faisait partie de la chorale de l'église et ainsi il allait très souvent à la messe, au point d'être invité à participer au pastorat de jeunes. Parallèlement, avec son père, il a appris sur des pratiques « non- institutionnelles » comme le reiki et les ennéagrammes : « j'étais toujours à la recherche de quelque chose », affirme-t-il. Mais même pour lui, ce n'est qu'en s'installant à Fontenay qu'il atteint ce qu'il appelle la « spiritualité chez nous ». Cette spiritualité, explique le couple, n'est pas seulement issue de la méditation zen, mais du lieu lui-même. Selon eux, la nature, le calme et la façon de vivre au Vézélien sont des aspects qui les aident dans leur quête personnelle de bien-être.

À moins de 20 minutes à vélo de la maison de Hervé et Loet, au bout d'une petite rue étroite à côté de l'Église de Saint-Père, on trouve la poterie de Sylvie. Un panneau au début de la rue nous emmène vers un jardin avec des arbres de tailles divers et des fleurs colorées, débordant au-delà d'une clôture en bois. Un peu plus loin, une brèche dans la clôture nous montre l'entrée de la propriété. Sylvie, Parisienne de 65 ans, a construit sa maison et sa boutique de céramique dans ce coin du village il y a plus de 30 ans. J'y suis allé pour la première fois en début d'après-midi, pour déjeuner ensemble après une séance matinale de méditation au Dojo Zen. Comme Hervé et Loet, elle a également fréquenté le dojo à Avalon de Francis et Josiane et a participé dès le début à la création du Dojo Zen à Asquins. Avant de nous asseoir, elle m'a emmené voir l'atelier, une espace séparée de la maison principale avec deux pièces et une petite mezzanine où étaient conservés tous ses outils, son tour de potier et plusieurs étagères avec des objets en céramique à différents stades de développement. La deuxième pièce de l'atelier était entièrement occupée par un énorme four potier. Après elle m'a guidé vers un petit escalier menant à une cave, complètement rénovée pour servir de magasin, où des tables présentaient des produits comme des assiettes, des tasses, des vases et des statuettes. Pendant que j'étais avec Sylvie cet après-midi-là, notre conversation était parfois interrompue par des passants qui s'intéressaient aux produits et qui finissaient souvent par faire un achat. Après un déjeuner végétarien au jardin avant de la maison – celui dont les plantes débordaient sur la rue – nous traversons la maison principale jusqu'au jardin de derrière, où elle me montre son potager. Elle me guide vers un framboisier et en prend quelques-unes à manger pendant que nous apprécions les plantes qui nous entourent. En regardant autour, on ne voit que des champs d'herbe, les

autres maisons étant bien isolées les unes des autres, offrant un environnement très serein. Elle me dit qu'elle a suivi des cours pour apprendre à cultiver la terre et que passer du temps dans cette partie de la maison lui fait beaucoup de bien, même si elle n'y arrive pas toujours en raison de son travail. Pendant la journée, Sylvie me raconte qu'elle est allée pour la première fois à Vézelay à l'âge de 20 ans pour travailler comme tourneur d'un potier local. Bien qu'elle ait beaucoup voyagé et passé de longues périodes dans d'autres villes, ayant même vécu aux États-Unis une partie de sa vie d'adulte, elle dit que Vézelay est devenue peu à peu son « port d'attache ». Selon elle, c'est l'énergie particulière du village qui lui donne toujours envie de revenir : « c'est comme s'il y avait un élastique à Vézelay ». Un sentiment similaire a été décrit par d'autres habitants interviewés, dont la plupart sont originaires de grandes villes. Marie, restauratrice parisienne qui a son atelier à Asquins et habite à Vézelay, a quitté Paris motivée en partie par une quête de connexion avec elle-même : « à Paris il y avait trop de bruit, c'était comme le besoin de trouver un jardin ». À Vézelay, elle dit, « tout est spirituel, tu n'as pas besoin de chercher ». Elle propose une explication, qui sera après partagée par la grande majorité des personnes interviewés, sur ce qui fait de Vézelay un lieu si particulier, à savoir son histoire ancienne en tant que lieu de culte celtique et la composition géologique du lieu : « *[Vézelay est] à la fin du bassin parisien, du calcaire, et puis on est complètement au début du Morvan, du granite, donc on change de végétation et il y a beaucoup plus de courants électriques et magnétiques, parce qu'on arrive dans un endroit avec beaucoup plus de métal. Et Vézelay est juste à l'endroit où il y a la confrontation de ces deux... Je suis sûre que c'est pas par hasard, et ça je pense que les celtes, les gens comme ça qui sentaient les choses, je suis sûre qu'ils le sentaient* ».

Ces caractéristiques naturelles et historiques de Vézelay produisent, selon plusieurs de ses habitants, une charge énergétique susceptible d'être ressentie par ceux qui y vivent. Marie caractérise même cette énergie comme quelque chose qui peut être violent : « quand on vient à Vézelay pour quelques jours, on se dit « c'est le paradis », pourtant quand on y vit, il y a une violence que tu ressens intérieurement, une lutte énorme ». Elle l'appelle une « violence de l'absolu », où la spiritualité est tellement présente qu'elle peut avoir l'effet de « décaper » les gens : « soit tu as pas assez de force intérieure et il faut partir ; soit tu as tellement de force et tu restes ». Lorant, parisien propriétaire de la principale librairie de Vézelay, L'Or des Étoiles – qui est spécialisée dans les domaines de la spiritualité et du bien-être – décrit une sensation très similaire à celle évoqué par Marie. Selon lui, vers le lieu « convergent des personnes qui ont une interrogation d'ordre spirituel », et cette force peut lui donner un caractère « étouffant » : « *Souvent on dit que Vézelay, c'est beau, mais que plus que beau, c'est fort. (...) Ce n'est pas fait pour rester, mais on reste quand même, un peu comme des soldats qui gardent une forteresse* ».

Cette force naturelle propre aux terres Vézeliennes est également identifié par des résidents originaires de la région. Sandrine, reflexologue et thérapeute énergétique de 58 ans qui est née et élevée à Saint-Père, s'est toujours senti très connecté à la nature du lieu. Fille d'agriculteur, elle est partie jeune pour vivre dans d'autres villes en France mais a décidé d'y retourner à 40 ans dans une tentative de revenir à ses origines. Elle me raconte que sa maison, qui est aussi son lieu de travail, est située dans la voie romaine, exactement à mi-chemin entre la colline de Vézelay et la Fontaine Salée à Saint Père : « je pense que cette terre de Vézelay est très spirituelle par ce qu'elle renferme à niveau vibratoire ». Sandrine renforce encore l'importance de la particularité tellurique du lieu et son effet sur le bien-être des habitants. Elle explique : « *C'est une zone très ferrugineuse, et le fer est une force énergétique qui polarise (...). On a deux polarités à l'intérieur de nous et la réunion de polarités crée l'individu, l'individu qui est unifié à la fin de compte. C'est pour ça que c'est une terre qui porte*

*énormément, mais qui peut aussi détruire énormément. Si tu n'es pas bien, tu n'es vraiment pas bien. Il y a des gens qui sont très mal dans le coin, il y a eu beaucoup d'alcoolisme, beaucoup de misère dans cette région aussi, parce que ça te porte soit vers le meilleur de toi, soit vers le pire de toi (...) C'est pour ça qu'il y a plein de gens qui viennent ici, parce qu'ils y trouvent l'inspiration pour devenir qui ils sont ».*

À partir de la reconstitution de mes échanges avec différents habitants du Vézélien, j'ai essayé d'illustrer la présence de discours, trajectoires et styles de vie en commun, en ce qui peut indiquer un profil social partagé. Parmi les 17 résidents qui ont participé à l'enquête, 14 étaient des personnes qui, venant d'autres villes, ont décidé à un moment donné de leur vie de s'installer en Vézélien. Parmi ces 14, on constate encore que 9 sont originaires de la région parisienne. Les 3 restants sont nés dans le Vézélien, mais aucun de ces individus n'est y resté pendant toute sa vie, ayant passé de longues périodes dans d'autres villes françaises. Chez la plupart des interviewés, en effet, leur trajectoire de vie est marquée par un déplacement entre différents lieux, certains ayant passé du temps dans d'autres pays, avant de s'installer définitivement en Vézélien. Outre cet aspect géographique, plus de la moitié des individus se situent dans la tranche d'âge entre 50 et 65 ans.

L'ensemble de ces données finit par nous renvoyer à un groupe que la sociologie et la géographie appelle les néo-ruraux : les personnes d'origine urbaine ou les enfants d'agriculteurs qui s'installent dans de petites villes ou des villages en milieu rural après des périodes dans les grandes villes (Chevalier 1993 : 179). Ce mouvement était couramment appelé de « retour à la terre », dont le principal travail en sciences sociales est celui des sociologues Bertrand Hervieu et Danièle Léger (1979). Dans le cas du Vézélien, la motivation derrière cette migration peut typiquement s'inscrire dans ce que la littérature décrit sur la néo-ruralité. Selon Chevalier, ces flux migratoires de la ville vers les zones rurales sont liés en général à une insatisfaction croissante avec les « nuisances et fardeaux de la vie urbaine » (Chevalier 1993 :175) et ils se sont accentués en France notamment à partir des années 70. C'est-à-dire que le choix de s'installer dans une petite commune est généralement stimulé par des plaintes matérielles et subjectives, telles que le coût élevé de la vie dans les grandes villes et la non-identification au rythme effréné de la vie urbaine. A Vézelay, les habitants soulignent qu'ils peuvent profiter de la proximité de la plus grande ville de France sans avoir à subir au quotidien ce que Marie appelait le « bruit de Paris ». Beaucoup d'entre eux, comme Sylvie et Lorant, affirment même se déplacer fréquemment entre les deux lieux, que ce soit pour des raisons professionnelles ou personnelles. Par ailleurs, le désir de se rapprocher de la nature est au cœur des mouvements néo-ruraux. Cependant, dans le cas des habitants interviewés, on peut constater que le contact avec la nature prend la forme d'une expérience spirituelle. Cherchant plus qu'un beau paysage, les particularités géologiques et telluriques de la région, ajouté à une ancienne histoire celtique puis d'occupation romaine et catholique, provoquent chez certains habitants un profond sentiment d'inspiration et de bien-être, dans une démarche qui, bien que parfois « violente » et « étouffante », correspond entièrement à leurs quêtes personnelles de découverte de soi.

Un aspect qui ressort de la trajectoire de vie des habitants est que, pour presque tous, l'arrivée en Vézélien se déroule au milieu d'un intense processus de transformation personnelle. Quand sur les terres Vézéliennes, la quête spirituelle ayant stimulé cette transformation entre en contact avec l'environnement, cela produit de nouvelles manières d'habiter le monde, dans une relation d'échange avec la nature et les entités non-humaines qui la composent – comme les pierres, les arbres, les potagers. C'est ce processus d'échange dans la co-habitation vécue et imaginée avec les non-humains que je qualifie ici comme un mouvement de néo-ruralité spirituelle. Ce processus de transformation vécue par les habitants me ramène à l'une des choses

que Lorant m'a dite lors d'une conversation qui nous avons eu à sa librairie. Parmi les surnoms reçus par la colline de Vézelay au cours de son histoire, l'un des plus anciens, qui remonte à la présence romaine, est Monte Scorpion. Il m'explique que c'est dû à la forme de la colline, qui ressemblerait à l'animal. Quand j'ai demandé ce que cela signifiait pour lui, il a répondu : « *ça veut dire que c'est un lieu de métamorphose, de transformation... c'est un lieu où, de certaine façon, on vient mourir pour renaître* ». Dans la partie suivante de cet article, nous verrons plus en détail le rôle joué par l'environnement dans les pratiques spirituelles des habitants ainsi que, enfin, en quoi consiste exactement cette quête spirituelle.

### *Les pratiques spirituelles au Vézélien*

Qu'est-ce que la spiritualité, finalement ? En abordant cete thématique, j'ai vite compris que parler de spiritualité, c'est parler d'un concept large, parfois vague. Il fait référence, comme déjà mentionné au début de cet article, à une religiosité contemporaine présente dans le monde occidental, née d'un mouvement de critique, et parfois de rejet, du catholicisme et de la religion dogmatique dans son ensemble. Apparaissant à première vue plus comme une philosophie que quelque chose à pratiquer, j'ai cherché à trouver auprès de mes interlocuteurs la manière dont cette spiritualité se fait présente dans leur vie quotidienne. Au début du travail de terrain, j'avais en tête une impression préexistante de la spiritualité comme un processus de recherche de quelque chose qui nous transcende, par des voies individuelles, non institutionnelles. Bien que ce ne soit pas entièrement faux, cette idée du transcendant porte une vision du spirituel comme déconnecté de la matérialité – le nom même conduit à cette interprétation. Ce que j'ai découvert, au contraire, c'est que la recherche spirituelle, bien que soutenue par une philosophie de vie, est, dans la pratique, totalement liée à des techniques du corps et à la sensibilisation à l'environnement, dans un processus qui a comme but devenir-vivant.

Afin d'aborder cette notion avec une certaine substantialité, j'en parlerai dans le contexte localisé des pratiques spirituelles rencontrées chez le Vézélien. C'est le contexte d'un lieu qui, bien que connue pour sa forte vie ecclésiastique, représentée par la Basilique de Vézelay, le pèlerinage de Saint-Jacques-de-Compostelle et la présence franciscaine, a présenté des solides réseaux de pratiques alternatives autour, par exemple, du Dojo Zen et des thérapies et activités holistiques. Ainsi, une pratique spirituelle tel qu'identifié en terres Vézéliennes est une activité qui propose une double démarche : la connexion intérieure, avec soi-même, de caractère intime, individualisé, incarné ; et la connexion externe, avec l'univers, les gens, la nature, l'environnement. Elle le fait à partir de l'activation d'une conscience accrue de ses sens, de son corps et du moment présent, en prêtant attention à ce qui se passe autour de soi sans y porter de jugement de valeur. Dans une réfutation des dogmes catholiques, sans que cela implique nécessairement un rejet de ses symboles, elle emprunte des références aux traditions orientales, comme le bouddhisme, pour élaborer une philosophie de vie particulière, centrée sur l'individu plutôt que sur une institution.

Cette section sera alors divisée en trois sous-parties consacrées aux pratiques spirituelles trouvées au cours de la recherche, afin de décrire leur fonctionnement et leurs effets sur les pratiquants. Je propose que les pratiques qui s'y trouvent constituent des techniques corporelles qui, à la lumière des travaux de Jean-Pierre Warnier (2009), contribuent à la fabrication de nouveaux sujets, dans une relation entre corps-sujet-monde, où le monde est aussi occupé par des entités non humaines ayant un rôle à jouer dans la quête spirituelle.

## *La méditation zen et le sujet-attentif*

Le trajet de Vézelay au Dojo Zen à Asquins prend 10 minutes à vélo, sur un itinéraire qui descend le flanc de la colline, en passant entre de grands arbres qui s'ouvrent sur une route droite au milieu de vastes champs verdoyants, qui relie les deux communes. Ma première fois là-bas était un mercredi, pour la séance de 18h30. Le soleil printanier illuminant toujours le ciel, je suis arrivée un peu en avance à la demande d'Hervé et Loet, qui ont tenu à m'expliquer à l'avance le fonctionnement de la séance. Le Dojo Zen est une petite maison en pierre de deux étages, où le premier étage est une pièce avec quelques chaises, une table basse, une bibliothèque pleine de livres, un comptoir avec un lavabo et une petite porte menant à la toilette. Au deuxième étage se trouve la zone de méditation, le dojo lui-même, une petite pièce aux murs blancs, avec un autel au centre pour une statue du Bouddha, un gong et des bols tibétains. Au sol autour de la salle, des coussins carrés délimitent l'endroit où chacun peut s'installer pour méditer. La personne qui dirige la séance se positionne dans la première moitié de la salle, face à la statue de Bouddha et à tous ceux qui sont assis dans l'autre moitié.

Je montai avec Hervé, pieds nus tous les deux, et il commença à me donner certaines consignes concernant le déroulement de la séance. S'arrêtant en haut de l'escalier, devant la porte du dojo, il me dit : « ici, avant d'entrer dans la salle, on essaye de se faire complètement présent. Après l'entrée dans le dojo, et lors de toute la séance, on ne sort plus. » Sa déclaration, alors qu'il s'agissait bien sûr du fait que nous ne devrions pas physiquement quitter la pièce pendant la méditation, signifiait principalement que nous devons y rester mentalement. Il m'explique alors que le but principal de la méditation zen est de se concentrer sur le moment présent, sur soi-même, et de laisser passer les pensées. Ainsi, la première consigne qu'il me donne est d'entrer dans la pièce avec le pied gauche. Hervé explique que, pour lui, ce geste n'est pas une « règle rigide » ni un « doctrine », mais c'est juste une action qui nous aide à prendre conscience de ce qu'on fait : « on n'entre pas dans la salle de n'importe quelle façon, on y entre de façon consciente ». Après être entré, il faut se tourner vers la statue de Bouddha et s'incliner devant lui, les paumes des mains jointes devant le corps à la hauteur du menton. Puis, on marche vers le coussin à l'endroit de la pièce où l'on veut s'installer, et là on fait une autre révérence du même genre, une fois face au centre de la pièce où se trouve le Bouddha, et de nouveau face au mur, en saluant le petit espace dans lequel on fera la méditation. Maintenant sur le coussin, on croise les jambes de sorte que les genoux touchent le sol. La main gauche repose sur la paume de la main droite et les pouces se rejoignent dans le prolongement l'un de l'autre par une légère pression. Il me dit que puisque c'est ma première fois, je n'ai donc pas à me soucier de maintenir la position au cas où je commencerais à ressentir de la douleur dans mon corps : "c'est pas pour se torturer, c'est pas le but ". A chaque instruction donnée, il était très important pour Hervé que je sache que ce n'étaient pas des dogmes inflexibles. Pour lui, chacun de ces gestes pouvait facilement être remplacé par d'autres, à condition qu'ils soient faits avec le même état de conscience.

Avec tout le monde à sa place, la personne qui dirige la séance s'installe à l'avant de la salle, sur un coussin devant l'autel du Bouddha, et une deuxième personne reste au premier étage, tambourinant sur une planche de bois, faisant un son qui déclare que la séance va bientôt commencer. Une fois que cette deuxième personne est entrée dans le dojo, la personne qui dirige la séance joue un bol tibétain, ce qui indique que chacun peut fermer les yeux et commencer la méditation silencieuse. La méditation assise dure 30 minutes. Ensuite, avec une autre cloche du bol tibétain, il est indiqué que chacun doit se lever pour adopter la position de méditation en marche. Dans celui-ci, avec les pieds joints, la main gauche forme un poing et la main droite la couvre, puis on place les mains près du corps à hauteur du plexus. En position,

le mouvement autour de la pièce se fait en demi-pas, où chaque pied avance et atterrit très lentement, en posant d'abord la pointe du pied au sol et en abaissant progressivement le reste, dans le but de prendre conscience de chaque geste. Ce moment de la séance dure environ 10 minutes et, au son d'une autre cloche du bol tibétain, chacun retourne à sa place de départ, reprend la position assise de méditation, et continue encore 20 minutes. Cette fois, la personne qui anime la séance lit un *kusen*, un court enseignement oral qui peut être tiré d'un livre ou écrit par la personne. Lors de cette première séance, je me suis principalement concentrée sur la mémorisation des étapes de la méditation afin de pouvoir les suivre plus naturellement la prochaine fois. Pendant les premières 30 minutes assise, j'ai rapidement ressenti des douleurs dans les jambes et la colonne, et j'ai essayé de m'adapter sans rompre le silence absolu qui s'est installé dans la salle. C'était Martine qui a guidé cette séance, une Parisienne d'une soixantaine d'années qui a fréquenté Vault-de-Lugny pendant son enfance et y vit aujourd'hui. Le *kusen* qu'elle a choisi parlait de comment le fait de rester dans le moment présent implique un processus d'acceptation des conditions de notre entourage : « *quand il fait froid, soyez un Bouddha froid ; quand il fait chaud, soyez un Bouddha chaud* »<sup>24</sup>.

Vendredi, je suis allée la deuxième fois au Dojo, pour la séance de 7h45. Cette fois-ci, Hervé et Loet n'étaient pas là, alors j'ai essayé de me fondre dans un groupe de 5 personnes, en suivant chaque étape qui m'avait été enseignée. Les autres personnes au premier étage, avant de monter, passaient derrière un rideau et portaient un kimono noir, l'uniforme de la méditation zen. Dans cette séance, j'ai suivi les étapes avec plus de fluidité, sachant déjà ce que je devais faire. Quand tout le monde était en position, la méditation commençait. J'ai participé à un total de quatre séances au Dojo, rencontrant à chaque fois une nouvelle personne du groupe et sentant aussi que mon corps s'adaptait mieux aux positions chaque jour. Ce vendredi-là, j'ai pleinement ressenti le conflit, inhérent à la méditation, entre le corps, qui veut se vider, et l'esprit, qui insiste pour s'occuper. Le *kusen* de la séance parlait de l'état d'être vigilant. Être vigilant, dans ce sens, c'est être vivant, car lorsque nous cessons d'être conscients du moment présent, c'est comme si nous n'existions plus pleinement. Cette réflexion était très cohérente avec le sentiment que j'éprouvais face à la difficulté de rester présent pendant l'acte de méditation. Se rendre vigilant, j'ai compris, c'est laisser passer les pensées qui tentent de vous entraîner ailleurs. C'était comme si mon corps devenait une sorte d'élastique, où mes pensées faisaient errer mon esprit l'extérieur de la pièce, en dehors du temps présent, puis je serais soudainement remis en place par la conscience de s'être éloigné. À partir de cette séance, je me suis rendu compte que la position des pouces pendant la méditation assise, qui maintiennent une légère pression entre eux, sert exactement de point sensoriel qui nous fixe dans le moment présent. Quand j'ai senti mes pensées dériver, j'ai instinctivement mis plus de pression entre mes doigts et la sensation m'a ramené à la concentration. Quand j'ai partagé mon expérience avec Sylvie, et plus tard avec Hervé et Loet, ils ont rigolé joyeusement en me disant que j'avais parfaitement compris. Avec l'expérience de la méditation zen pendant les deux semaines de recherche et des conversations avec les pratiquants, j'ai vu que les séances au Dojo constituaient un rituel d'activation de la conscience, tournée vers soi dans un processus qui se déroule entièrement dans le corps de l'individu. Ce rituel n'a pas seulement lieu après la première cloche du bol tibétain, mais en entrant dans la pièce avec le pied gauche, un acte qui débute une chorégraphie qui a comme but la création d'une conscience corporelle et sensorielle. Le son du bol tibétain lui-même, qui indique le début et la fin de certaines étapes du rituel, résonne dans la pièce et ses vibrations se font sentir dans la poitrine de chaque pratiquant.

---

24 Citation mentionnée pendant le *kusen* de Martine, qui a été retiré du livre « La source brille dans la lumière » de Shunryu Suzuki.

En plus de penser ce rituel comme une technique corporelle, pratiquée quotidiennement par les membres du Dojo, je propose de les penser aussi comme une technique qui produit un sujet particulier. Comme l'explique Warnier (2009 :155) : « (...) *le sujet est un humain individualisé par un corps vivant, investi par son désir et celui des autres. Bien qu'il ait un corps et qu'il soit un corps, le sujet n'est pas un donné de nature. Il est engagé dans un devenir (ou une genèse) qui peut échouer ou réussir à produire une subjectivité. (...) N'étant jamais intégralement donné ni programmé au point de départ, le sujet doit être produit, façonné, configuré, et identifié dans son corps et son psychisme, en relation avec le monde qu'il constitue, ce qui ouvre un vaste domaine de déploiement de techniques spécifiques* ».

La pratique de la méditation n'est donc pas une technique purement corporelle, parce qu'elle a des effets sur la subjectivité de l'individu qui ne se limitent pas au moment de la pratique. Elle s'inscrit dans une quête spirituelle plus large, qui, comme l'affirme Hervé, « ne s'arrête pas au Dojo ». C'est un exercice dont le résultat est la production d'un sujet-attentif, altéré quotidiennement par les techniques corporelles pratiquées. Ce sujet est amené, par la pratique de la méditation, à un autre état d'esprit qui, dans son idéal, est associé à un bien-être physique, émotionnel, psychologique, bref existentiel. Hervé résume l'idée, dans un kusen qu'il a lui-même écrit pour la dernière séance à laquelle j'ai participé : « *Zazen est une manière de nous relier à la source de la vie, la vie qui par elle-même est impermanente et dynamique, mais perpétuellement intacte. Dans l'éthique de tous les jours, nous ne percevons la vie que filtrée à travers notre mental, dans lequel s'est formé notre égo (...) et tous nos conditionnement, blocages et préjugés. Zazen nous libère de cet emprisonnement. (...) À travers notre pratique de méditation, nous pouvons, avec un peu de persévérance, nous éveiller de la dualité des manifestations (...) et comprendre qu'il faut accepter la totalité de l'existence. C'est ainsi. En suivant la voie de la vie quotidienne à chaque instant, nous arriverons à intégrer la plénitude de la vie* ».

### *Le qi gong et les entités non-humaines*

Le premier jour de la recherche, lorsque j'ai trouvé la brochure de l'Association Bien Être en Soi à l'Office de Tourisme, j'ai vu le cours de qi gong d'Antoine parmi les diverses activités et thérapies offertes au Vézélien. Dans les jours qui ont suivi, de nombreux membres du Dojo Zen, dans nos conversations sur la vie spirituelle locale, m'ont recommandé de le contacter. Par téléphone, il a accepté que je fasse de l'observation participante pendant son cours. Cependant, en raison d'une incompatibilité d'horaire, je n'ai pu assister qu'à une seule séance, le mercredi de ma dernière semaine à Vézelay. Ce jour-là, je me suis réveillé à 8 heures du matin par une journée froide et pluvieuse. Sachant que le cours serait à l'extérieur, sur la terrasse de la Basilique de Vézelay, j'ai décidé d'envoyer un message à Antoine pour lui demander de confirmer que le cours aurait bien lieu. Avec sa réponse positive, j'ai enfilé des vêtements adaptés à la pluie et me suis dirigée vers la Basilique, à la fois hésitante et intriguée.

J'y suis arrivée 9h15 sur la grande terrasse derrière couverte de grands arbres. Il pleuvait abondamment et il n'y avait qu'une seule personne, debout avec un parapluie, regardant dans la vue brumeuse. Instinctivement, je me dirigeais vers lui, la capuche de mon manteau relevée, pour attendre le cours. « Vous êtes une sorcière ? », me demanda-t-il en riant, quand il me vit approcher à travers les arbres. Jean, peintre et photographe d'environ 65 ans, vit à Vézelay depuis 35 ans. Il me dit que la terrasse de la Basilique est l'une des places les plus fortes de Vézelay. Il dit que c'était un territoire celtique, et que les celtes avaient une sensibilité spirituelle que nous n'avons pas aujourd'hui. Il a pointé du doigt les arbres, disant que certains étaient plus spéciaux que d'autres, parce qu'ils portent en eux l'énergie de toute cette histoire.

Il m'a raconté que dans ses photographies, il parvient même à enregistrer les « esprits de la nature ». Il m'a invitée à visiter son atelier, qui se trouve en face de la Maison du Visiteur, mais comme c'était mes derniers jours à Vézelay, je n'ai malheureusement pas eu le temps. Il aurait été une personne intéressante à interviewer.

À 9h30, j'ai approché un homme que je croyais être Antoine, qui est arrivé tenant un sac plein de bâtons de bambou dans une main et une bouteille thermos dans l'autre. Comme la pluie ne faisait qu'augmenter, nous sommes allées sous un très grand arbre, essayant de se mettre à l'abri. Il m'a indiqué la position du corps pour faire une sorte de méditation debout, pour commencer le cours. Le bruit fort du vent et de l'eau frappant les feuilles des arbres rendait difficile d'entendre toutes ses instructions, mais j'ai observé la position de son corps et j'ai essayé de l'imiter. Avec mes genoux légèrement pliés et tenant mes bras horizontalement devant moi, j'ai commencé à respirer lentement. Deux dames sont arrivées peu de temps après et se sont positionnées sous d'autres arbres proches de nous. Au bout d'un moment, Antoine a quitté sa position et nous a conduits vers le centre des arbres. Il m'a présenté les dames, des habitantes qui assistent régulièrement au cours, et, me désignant, il a rigolé : « Elle est très courageuse d'être venue même avec la pluie. C'est son baptême ! » J'avoue que c'était une image forte, de penser que je me faisais baptiser au qi gong, là, derrière une basilique romaine du XIIème siècle, sous la pluie, parmi ces arbres immenses qui selon Jean aurait accueilli les druides. Il était difficile de ne pas se sentir quelque peu captivée par l'atmosphère.

La première partie du cours était axée sur des mouvements destinés à activer la conscience corporelle. Les genoux restaient toujours légèrement fléchis et la concentration sur la respiration était essentielle. Rien ne se faisait les yeux fermés, l'idée étant toujours de garder le regard à distance, « sur le monde devant nous ». Antoine nous a demandé d'effectuer des mouvements lents qui ressemblaient à un étirement, chacun destiné à prendre conscience d'une partie différente de notre corps. En nous guidant, Antoine parlait de l'importance d'accepter nos conditions, notre environnement, d'accepter la pluie qui tombait sur nous, sans la juger bonne ou mauvaise. À la fin de cette première partie du parcours, voyant que la pluie commençait à s'atténuer, Antoine a proposé de passer à la deuxième partie, qui se fait à l'aide de bâtons de bambou. Nous nous sommes alors dirigés hors des arbres vers un espace herbeux plus ouvert de la terrasse, où le soleil commençait à briller. Pour cette étape, Antoine m'a orienté de choisir un bâton qui était à ma taille. Nous nous sommes positionnés en cercle, chacun avec son bâton, et Antoine a annoncé les mouvements devant nous, et nous avons emboîté le pas. Chaque mouvement représentait une salutation différente aux entités célestes – au Soleil, à la Terre, à la Lune – où nous avons soulevé et dirigé le bâton le long de notre corps. Nous répétions chaque mouvement plusieurs fois, chacun à son rythme, et à la fin de chaque posture, nous tendions la main qui tenait le bâton verticalement à côté de nous et le fixions au sol en l'utilisant comme point d'équilibre.

A la fin du cours, sans plus de pluie et le brouillard se dissipant, Antoine et moi sommes restés sur la terrasse pour un entretien. Cela étant mon premier contact avec qi gong, il définit pour moi la pratique comme un pratique de la médecine chinoise qui peut servir comme un outil pour l'acceptation « des choses tels qu'elles sont »<sup>14</sup>, où le cours d'aujourd'hui sous la pluie a illustré ça particulièrement bien. La terrasse de la Basilique est son lieu de prédilection pour réaliser le cours en raison des conditions naturelles de confort qu'elle offre : « quand il fait froid, il y a du soleil, quand il faut chaud, il y a les arbres pour se mettre à l'ombre » ; « c'est comme si on se sentait accompagné et protégé par les arbres, par la nature ». À travers des exercices qui proposent la conscience soi, des émotions et de l'esprit, le qi gong travaille avec des mouvements lents et la respiration pour pratiquer « l'ouverture, la libération du corps » et

produire du bien-être. Sa pratique, comme le montre clairement Antoine dans son discours, est totalement médiée par des entités non-humaines, dans un échange par exemple entre sujet et forces de la nature, sujet et entités célestes et sujet et bâton de bambou. Il m'explique que le bâton sert à délocaliser notre attention et travailler plus en profondeur les mouvements. En tant qu'un matériel au même temps solide et flexible, il reflète symboliquement notre corps, comme un petit « maître à côté de nous », pour nous aider à « trouver notre axe ». La relation établie entre le sujet et les entités non-humaines dans la pratique du qi gong est bien illustrée par la réflexion de Berthoz et Petit (2006 :212) sur l'individu qui conduit sa voiture : « *Le corps propre fonctionne comme un échangeur du subjectif en objectif, et réciproquement. Je monte dans ma voiture : la voiture devient mon prolongement. J'en descends, la voiture redevient un objet extérieur. Le corps propre, cet objet curieux, va tirer parti de son statut spécial pour, à un moment donné, assimiler à soi-même un objet du monde extérieur, et ainsi donner à cette relation entre le sujet et le monde une valeur de connaissance par l'action, par la praxis* ».

Outre le bâton de bambou, qui montre plus clairement cette relation, la pratique du qi gong, ainsi que la méditation au Dojo Zen, implique une relation particulière avec les objets et les entités naturelles fondée sur la logique d'acceptation de l'environnement. Accepter la pluie qui tombe sur mon visage sans permettre à cette entité extérieure d'interrompre le flux de mon action, c'est en quelque sorte incorporer ces gouttes d'eau dans la conception de mon propre sujet, au moins pour la durée de l'action. Ce qui se produit, dans ce cas, reprenant le concept de techniques du sujet de Warnier, c'est un sujet-avec-pluie. Au Dojo Zen, de même, la phrase de Buddha Froid et Buddha Chaud citée par Martine lors de ma première séance, exprime cette même logique : si je pratique la méditation dans une pièce trop froide, j'essaie d'incorporer cette sensation physique dans mon sujet et je deviens un sujet-froid, qui coexisterait avec cette sensation de la même manière qu'un individu coexiste, par exemple, avec son appendice, sans y prêter, la plupart du temps, aucune attention.

### *Les thérapies spirituelles*

En plus d'Antoine, j'ai eu l'occasion d'échanger avec deux professionnels liés à l'Association BEES, tous deux identifiés comme thérapeutes énergétiques et holistiques. La première, Sandrine, déjà présentée plus haut dans l'article, pratique ce qu'elle appelle la réflexologie plantaire psycho-émotionnelle, dans une salle de soin qu'elle a aménagée dans sa propre maison à Saint Père. La seconde, Emmanuelle, une dame dans la soixantaine, née en banlieue parisienne, vit depuis 4 ans à Brosse et pratique une thérapie appelée constellation familiale. Je n'ai pu assister à aucune de leurs séances de thérapie, donc les considérations faites ici sont toutes basées sur des entretiens menés avec les deux.

Sandrine explique que son travail est entièrement centré sur l'observation et le toucher du corps de la personne soignée, notamment ses pieds : « *dans tes pieds, tu as toute sa vie* ». Elle dit avoir une sensibilité, dont elle ne peut expliquer la source, qui lui permet de lire l'énergie des gens à travers leur corps et, ainsi, d'accéder à leur vie. Je lui demande pourquoi les gens ont tendance à rechercher ses services et elle dit qu'elle ne demande pas. En dehors de son site Internet, elle affirme qu'elle ne fait même pas de publicité : « *j'avoue que ça pour moi c'est assez nébuleux, (...) je pense que c'est de bouche à oreille* ». La séance commence avec la personne allongée sur sa civière et, tout en parlant, elle observe et touche ses pieds. Elle demande certaines informations sur la personne, comme sa date de naissance, dans ce qu'elle appelle un « bilan énergétique » : « *vibratoirement, ça va me donner certains indices sur la personne* ». Ce bilan permet à Sandrine de voir ce dont la personne a « *vraiment besoin, sur l'instant présent ; en général, quand quelqu'un vient me voir, il me raconte quelque chose qui*

*est des fois assez loin de l'origine du problème, parce que souvent un mal-être, il met du temps à se focaliser sur le corps, mais les racines du mal-être sont existentielles, donc sont psychologique, émotionnelle, voire même spirituelle. C'est pour ça que ma technique s'appelle réflexologie plantaire psycho-émotionnelle ».*

Son travail a donc un côté psychothérapeutique, qui incite le patient à s'ouvrir par la conversation au cours de la séance. A partir du moment où Sandrine comprend où elle doit agir, elle commence à manipuler le corps par le toucher, en utilisant des techniques de réflexologie pour stimuler les points nerveux des pieds. Lors de la séance de 50 minutes, elle raconte que parfois, lorsqu'elle touche certains points du corps de la personne, des mots particuliers lui viennent en tête, des histoires de la personne, qui la guident pour relancer certains points de conversation afin que le traitement énergétique et émotionnel soit fait. Le soin se donne alors par un processus de réalignement énergétique, via le toucher du corps et le dialogue, afin de permettre à la personne d'être « *réhabitée par l'énergie de vie* » et de traiter son mal-être à la source. Son objectif est donc de donner de l'autonomie au sujet soignée, contrairement à ce que font les médecins qui, selon elle, assument eux-mêmes le contrôle de la santé de l'individu : « *moi, j'essaye vraiment de retourner la personne pour qu'elle se reprenne en main, pour que l'énergie circule de nouveau à l'intérieur d'elle* ». De cette façon, son service est généralement appliqué en une seule séance, sans que la personne ait à revenir immédiatement ou même jamais.

Bien que dans une technique très différente de celle de Sandrine, Emmanuelle agit également comme médiatrice des forces énergétiques dans la réalisation de la constellation familiale. Cette thérapie, m'explique-t-elle lors de notre entretien dans son immense jardin fleuri, permet d'éclairer ce qui ne va pas dans la relation familiale d'une personne, qui souvent n'arrive pas à en avoir conscience. Pour cela, la constellation familiale est basée sur l'hypothèse qu'il existe une « connexion d'âmes » intergénérationnelle, qui relie énergétiquement les membres d'une famille. Cette thérapie s'effectue forcément en groupe, idéalement avec une quinzaine de personnes qui ne se connaissent pas et qui, par la médiation d'Emmanuelle, prêtent leur énergie au déploiement de la constellation familiale d'une seule personne : « *chacun dépense sa propre énergie, sinon c'est pas possible* ». Une séance commence alors lorsque la personne qui fait la constellation familiale annonce sa plainte. Par la parole, Emmanuelle échange brièvement avec la personne pour savoir plus sur sa structure familiale et pour savoir à quel âge cette plainte est survenue. Ensuite, la personne est invitée à choisir parmi les participants du groupe, un individu pour représenter elle-même et, puis, pour le placer où elle souhaite dans l'espace de la salle. Après, selon chaque cas, la personne doit aussi choisir des personnes pour représenter certains membres de sa famille, comme son père ou sa mère et aussi les placer également quelque part dans la salle. Une fois que tout le monde est situé, Emmanuelle leur demande de « *laisser venir soit une émotion, soit un ressenti dans leur corps, soit un mouvement* ». Elle raconte qu'il y a des gens qui, par exemple, commencent à se balancer, qui se penchent ou que vont dans la direction d'autre personne. « *Au bout d'un moment* », elle affirme, « *je vois où est l'origine du malaise, je vois qu'il y a quelqu'un que ne vas pas bien* ». C'est-à-dire qu'à partir des mouvements corporels et des déplacements autour de la pièce, effectués par les individus participants, le rôle d'Emmanuelle est d'intervenir et de lire les gestes et les dispositions pour identifier d'où vient le problème familial. Comme Sandrine, elle raconte que parfois il y a des informations qui viennent à sa tête qui la guident dans l'orientation de la séance. Elle associe cette sensibilité pas à une sorte de médiumnité, mais à un état d'esprit ouvert : « *c'est comme la sensibilité artistique, pour créer, il faut être réceptif, il faut être traversée, il faut avoir une ouverture totale sans que le mental vienne fourrer son nez là-dedans* ».

Selon elle, souvent la source du malaise est un membre de la famille qui est « isolé », que ce soit un bébé mort, un enfant adopté qui ne le sait pas, une famille secrète, etc. « *Ce qui est souvent bluffant c'est quand il s'agit d'un enfant mort, par exemple, ou d'un enfant adultérin, qu'on ne connaît pas, souvent la personne va se mettre en position de fœtus, va s'accroupir et se faire tout petit, donc on sait que c'est un enfant ou un bébé. Après, même si on ne sait pas à qui il est et tout ça, la personne va voir ça, et ça va causer souvent beaucoup d'émotion, mais ça la soulage. « Enfin on te voit, enfin tu es là, donc prends ta place » Et d'un coup, c'est résolu pour elle.* » Comme il s'agit d'un travail qui nécessite la participation d'un grand nombre de personnes, la diffusion de son service est très importante pour que les gens soient informés de ce qu'est la constellation familiale et, par conséquent, qu'ils souhaitent y participer. Pour cela, elle a l'habitude d'organiser de petites conférences afin de présenter la communauté locale à ce type de thérapie. Elle avoue qu'en arrivant à Brosses, elle pensait avoir du mal à trouver des gens, « parce que c'est une région très rurale », mais que sa première conférence a attiré quand même 25 personnes.

Compte tenu de la brièveté de la période de réalisation de la recherche, le contact avec ces professionnels n'a permis qu'un premier regard sur l'univers des thérapies spirituelles et énergétiques au Vézélien. Il indique cependant une voie fertile pour de futures recherches dans la région. À partir de l'Association Bien Être en Soi, il serait possible de cartographier ce vaste réseau de professionnels et clients, de comprendre leurs trajectoires et comment se donne le développement de techniques de soins. Notamment, un suivi rapproché permettrait l'observation et une compréhension plus approfondie de leurs pratiques en tant que sujets médiateurs d'une relation unique entre l'individu soigné et les forces ici appelés énergétiques ou spirituelles.

### *Conclusion*

À partir du matériel réuni lors de deux semaines de travail ethnographique faits dans le cadre d'un stage universitaire, nous avons exploré dans cet article le thème de la spiritualité alternative sur terres Vézeliennes. A partir d'entretiens mettant en lumière la trajectoire de vie des habitants, j'ai essayé d'illustrer ce qu'ils avaient en commun, afin de les encadrer dans le phénomène migratoire appelé de néo-ruralité. Plus précisément, j'ai voulu montrer que le retour à la nature tel qu'il s'exerce pour ces acteurs est aussi motivé par un enjeu spirituel. Par ailleurs, à partir de la description de certaines pratiques spirituelles rencontrées dans la région, j'ai cherché à comprendre la relation particulière que tissent les acteurs avec leur environnement, dans une dynamique capable de produire des nouveaux sujets. Je propose donc que ce qui est en jeu quand on parle de la spiritualité au Vézélien, c'est une démarche intime d'activation de la conscience de soi et de son entourage, dans un processus entièrement médié par des techniques du corps et des entités non-humaines. En conclusion, de façon plus large, la compréhension de ces pratiques spirituelles nous permet d'attirer l'attention sur des manières particulières d'habiter le monde, construites par les acteurs dans ce rapport qu'ils établissent avec leur environnement et leur propre corps. Comme le décrit Sophie dans une de nos rencontres, « *devenir vivant est devenir attentif à nos sens* ». Ainsi, la spiritualité telle que manifestée en Vézélien, au lieu de tourner le regard de l'individu vers quelque chose qui le transcende entièrement, produit des pratiques dont les effets sont de l'ancrer dans son environnement – et comme les arbres, son corps devient enraciné dans la terre.

## ***Bibliographie***

BERTHOZ Alain et PETIT Jean-Luc, *Phénoménologie et physiologie de l'action*, Paris, Odile Jacob, 2006, 354 p.

CHEVALIER Michel, « Neo-rural phenomena », *Espace géographique*, 1993, vol. 1, n° 1, p. 175-191.

INGOLD Tim, *The perception of the environment: essays on livelihood, dwelling and skill*, New edition., London, Routledge, 2022, 602 p.

LEGER Danièle et HERVIEU Bertrand, *Le retour à la nature*, Paris, Le Seuil, 1979.

SUTCLIFFE Steven et BOWMAN Marion (eds.), *Beyond New Age: exploring alternative spirituality*, Edinburgh, Edinburgh University Press, 2000, 266 p.

WARNIER Jean-Pierre, « Les technologies du sujet : Une approche ethno-philosophique », *Techniques & culture*, 1 décembre 2009, n° 52-53 2009, p. 148-167.