

 **DIMENSION PHYSIQUE**

# “ Toute marche est quête d'intériorité ”

Arpenteur du monde, l'ethnologue français **David Le Breton** analyse la jubilation sensorielle de la marche, qui nous relie au sacré. Éclairage sur une pratique essentielle.

**I**l y a de plus en plus de monde sur les chemins de Compostelle. Pourquoi ce besoin de marcher ? Nous sommes devenus une humanité assise, assise à longueur de journée, dans nos maisons, nos voitures, nos bureaux. Nos contemporains ont donc un vrai besoin de se dépenser physiquement, de sentir à nouveau le plein vent du monde. Certains vont dans les salles de sport courir sur place, d'autres, plus malins, préfèrent le recours aux forêts, même pour quelques heures ou quelques dizaines de kilomètres. Nous cherchons à retrouver un contact avec la nature, avec un monde plus lent, plus tranquille. Nous allons marcher pour retrouver une paix, une intériorité, une conversation aussi avec nos proches, avec qui nous n'avons plus le temps d'échanger vraiment. Marcher avec quelqu'un, c'est être pleinement présent à soi, présent à l'autre.

## BIOGRAPHIE

David Le Breton est anthropologue et professeur de sociologie à l'université Marc-Bloch de Strasbourg. Il est l'auteur de nombreux livres sur l'anthropologie du corps et des conduites à risques dont *Marcher, éloge des chemins et de la lenteur* (2012) et *Éloge de la marche* (2000), aux éditions [Métailié](#)

*L'homme est un bipède. N'y a-t-il pas là une tentative de renouer avec quelque chose d'originel ?*

Oui et non. Ce qui est occulté dans nos sociétés, c'est notre dimension sensorielle, et même musculaire. Avec toutes les technologies dont nous disposons, nous n'avons plus d'efforts physiques à faire dans la vie courante. Marcher nous ressente dans une plénitude anthropologique, qui est celle des origines, mais sans nostalgie aucune : on retrouve la bipédie bien sûr, mais surtout la dimension physique. Dans les pratiques sportives à risques, beaucoup recherchent un corps-à-corps avec le monde, parfois même un face-à-face avec la mort. Dans l'univers déréalisé où nous vivons, où l'on communique par portables interposés, nous avons besoin de nous sentir exister. C'est d'ailleurs l'un des problèmes fondamentaux des adolescents en souffrance : se sentir réel, bien vivant dans un monde virtualisé où chacun devient spectateur. On est dans le look, le spectacle. Et on a donc besoin d'être à nouveau au cœur de l'action. Aux pèlerins de plus en plus nombreux des sentiers de Compostelle, il faut ajouter ces amoureux de la nature, ces adeptes du VTT, du canoë, du canyoning, du marathon pédestre. Ce ne sont pas des champions, juste des femmes et des hommes qui ont besoin de vie et de réenchantement.

*Diriez-vous qu'en tout marcheur il y a un chercheur de sens qui sommeille ?*

Toute marche est quête d'intériorité et a un aspect initiatique. Le marcheur est traversé par les trois grandes questions de Kant : « D'où viens-je ? Où vais-je ? Qui suis-je ? » En contemplant l'espace, en levant les yeux au ciel, je fais l'expérience de la création. Je me pose la question de mon appartenance au monde. Y a-t-il quelque part un Dieu, des dieux qui m'ont créé, avec qui entrer en dialogue ? Et moi, qui suis-je ? Qui suis-je, confronté à la nature, à la nuit, aux étoiles ?

Je chemine sous la voûte céleste, je sais que la Terre est infinie, je ne suis rien et je suis tout, là dans mon immensité intérieure. On ne vit jamais aussi fortement cette expérience métaphysique que dans des paysages inconnus, quand on a perdu ses repères, loin des lumières et des bruits de la ville. On peut le vivre aussi quand on emprunte un sentier parcouru depuis des siècles. J'emboîte alors mon pas dans ceux des pèlerins qui m'ont précédé. Je suis un maillon de l'immense chaîne humaine et, en même temps, je devine que ma présence est essentielle. C'est une expérience cosmogonique, anthropologique, métaphysique, religieuse même.

*On prend la route de Saint-Jacques sans motivation religieuse aujourd'hui. Ces chemins redonnent-ils le sens de la vie ?*

Il s'agit de se rattacher à l'humanité sensible et non à l'humanité technologique durement, de l'efficacité, de la prouesse. À première vue, rien n'est plus inutile que marcher. La marche est inutile comme toutes les choses fondamentales de la vie : aimer, contempler, lire... Ces choses qui ne servent à rien mais qui nous rattachent aux saveurs du monde. Sur la route de Compostelle, nous ne sommes pas dans



FABRIE COLLINI / COSMOS

■ **Moment ému à l'arrivée, plaza del Obradoiro, devant la cathédrale de Saint-Jacques-de-Compostelle.**

une démarche conventionnelle. J'associe souvent marche et résistance : on trace son propre chemin sur une route qui a été tracée par les autres. Ils sont des millions à marcher vers Saint-Jacques. Mais chacun fait son propre pèlerinage, singulier.

*Cela correspond à une forme de croyance actuelle. On se méfie de l'institutionnel, mais la quête spirituelle demeure vivace.*

La marche réapparaît à une époque où les Églises deviennent des Églises personnelles, où nous adoptons une religion qui bricole avec les monothéismes, flirte avec l'irrationnel. C'est difficile pour nos contemporains de rester dans la croyance univoque, il y a trop d'interprétations diverses de la Bible, de l'Évangile. Chacun se fraye son chemin avec le sentiment qu'il

existe quelque chose qui nous dépasse et qu'il est difficile d'identifier. La spiritualité est cette manière personnelle de vivre un rapport au transcendant. Pour ma part, j'oppose souvent la dimension du religieux à celle du sacré. Le premier relie et nous renvoie au clergé, aux grands textes, aux rituels, tandis que le sacré, lui, nous renvoie à nous-mêmes. C'est l'émotion intime, celle qu'on est seul à ressentir, l'illumination intérieure devant un lieu, un être. C'est cela qu'on vit dans la marche.

*On a tous en soi le rêve de partir.*

*La marche n'est-elle pas une fuite ?*

C'est un désir d'ailleurs, le désir d'être autre que soi. Pour ma part, j'y vois moins une fuite qu'une volonté de se redéfinir, de se poser la question de ce qu'on

aurait pu être. S'arracher à son confort, être capable de marcher pendant des mois, c'est faire aussi la preuve de sa valeur personnelle. L'épreuve de vérité peut être redoutable : les moments de peur révèlent nos faiblesses, mais peuvent aussi ouvrir à l'illumination intérieure, la joie d'avoir surmonté une nuit dehors, une traversée seul en forêt. Toute marche, même banale, a cette faculté de nous dépayser et de nous renvoyer à tous nos possibles. A fortiori, partir pendant des mois sur les routes de Compostelle ou les chemins d'ailleurs, c'est entrer dans une longue méditation intérieure. Dans la marche, c'est le chemin qui importe. Le but est peu de chose au regard du cheminement lui-même, qui permet la révélation de soi. ●

Propos recueillis par **Élisabeth Marshall**

■ Le *camino francés* sur le pont Fitero, qui franchit le río Pisuerga à Ibero de la Vega, entre Castrojeriz et Frómista. Le pont actuel, à onze arches, date du XVI<sup>e</sup> siècle.

