SCIENCES HUMAINES

Les Grands Dossiers SCIENCES HUMAINES

LA MARCHE

Le plus court chemin vers soi

DOM/S : 10,9 € – DOM/A : 12,30 € – BELUX : 10,50 € – CH : 16 FS – CAN : 17,95 $CA – ESP/ITA/GR/PORT CONT : 10,90 € – MAR : 110 MAD – TOM : 1420 XPF – TUN : 16,9 TND

L 18932 - 79 - F: 9,90 € - RD

HISTOIRE

Aux origines de la bipédie par Pascal Picq

PSYCHOLOGIE

Ce que la marche fait au cerveau par Sylvie Chokron

PHILOSOPHIE

« Penser, c'est se déséquilibrer » par Roger-Pol Droit

Cahier culture : Le « je » des sociologues • Tatouages en Méditerranée

SCIENCES HUMAINES
Faisons connaissance

Le conflit, terreau de la philosophie !



Vient de paraître

LES ESSENTIELS N° 18
MAI 2025

CHEZ VOTRE MARCHAND DE JOURNAUX

TOUTES NOS PUBLICATIONS SUR NOTRE SITE
WWW.SCIENCESHUMAINES.COM
COMMANDEZ CE NUMÉRO EN SCANNANT CE QRcode

ÉDITORIAL

«Un intellectuel assis va moins loin qu'un con qui marche.» (Michel Audiard)



© Collection personnelle

Merci de ne pas rester assis

C'est une chose étrange, à la fin, qu'un pied. En double exemplaire. Pendant que tout s'accélère, que les écrans crépitent et que bourdonnent les drones, n'est-il pas enivrant de se savoir quelqu'un qui marche? Qui évolue à deux à l'heure, avec une vieille paire de chaussures, un sac trop lourd, ou rien du tout? Sans bruit, sans moteur, sans urgence... On ne va pas très vite, alors. On ne recule pas non plus. Et ça change tout.

Marcher, ça n'a l'air de rien. C'est même le minimum syndical du mouvement. Moins rapide que courir, moins stylé que danser, moins efficace que rouler. Et pourtant, tout y est: notre histoire, notre pensée, notre complexité. Car on marche pour mille raisons. Pour fuir, chercher, ou digérer. Pour faire la paix, la guerre, ou faire le vide. Les religions ont leurs pèlerinages, les armées leurs marches forcées, les couples leurs balades qui tournent mal. Les enfants marchent pour apprendre, les vieillards pour ne pas rouiller. Les militants pour se faire entendre, les flâneurs pour qu'on les oublie. Il y a ceux qui comptent leurs pas, et ceux qui comptent les minutes jusqu'au prochain banc.

La marche raconte des corps, des époques, des rapports de force. Elle révèle des façons d'habiter l'espace, d'investir le temps, de créer du lien. Elle fait apparaître ce qu'on croyait invisible: la fatigue, le territoire, le silence, et, parfois, les autres. Au fond, marcher, c'est peut-être notre activité la plus humaine. Qui ne promet rien, mais permet tout: partir, revenir, réfléchir, s'orienter, se rencontrer, se calmer, respirer, retrouver quelqu'un qu'on aime.

Et puis, peut-être que marcher, tout simplement, est devenu une forme de résistance. Ou un luxe discret. Accessible à tous. Sans abonnement. Sans intelligence artificielle. Et sans batterie. Gratuit...
Alors, puisque rien ne sert de courir (sauf si on a oublié les enfants à l'école), marchons plutôt ensemble, lectrices, lecteurs, vers un monde meilleur (à condition qu'il ne soit pas trop en pente), et sans omettre de s'étirer entre deux articles. Après vous... ●

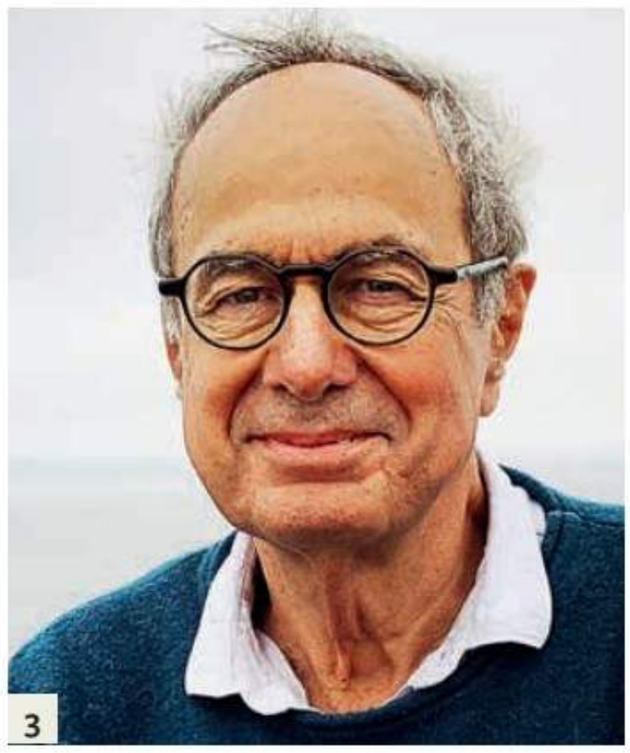
JEAN-FRANÇOIS MARMION

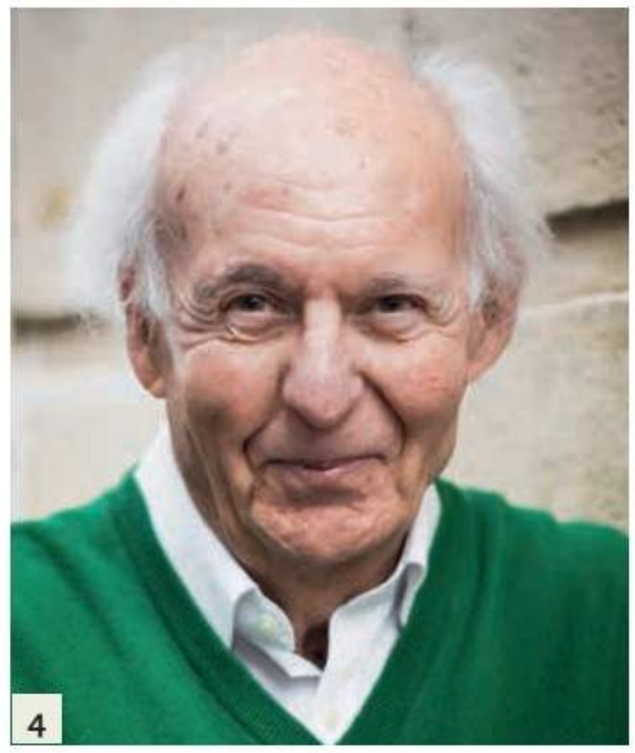
Contributeurs

Elles et ils ont participé à ce numéro


1


2


3


4

1 Ève Charrin collabore régulièrement à *Sciences Humaines* et elle est aussi écrivaine, autrice de *Journal intime du capitalisme* (Maurice Nadeau, 2023), un récit littéraire sur le travail dans la presse économique.

2 Sylvie Chokron est neuropsychologue et directrice de recherche au CNRS. Elle est la fondatrice et directrice scientifique de l'association Les yeux dans la tête, elle a écrit des ouvrages de vulgarisation dont, récemment, *Dans le cerveau de… et Plongez dans votre cerveau* (Presses de la Cité, 2024 et 2025).

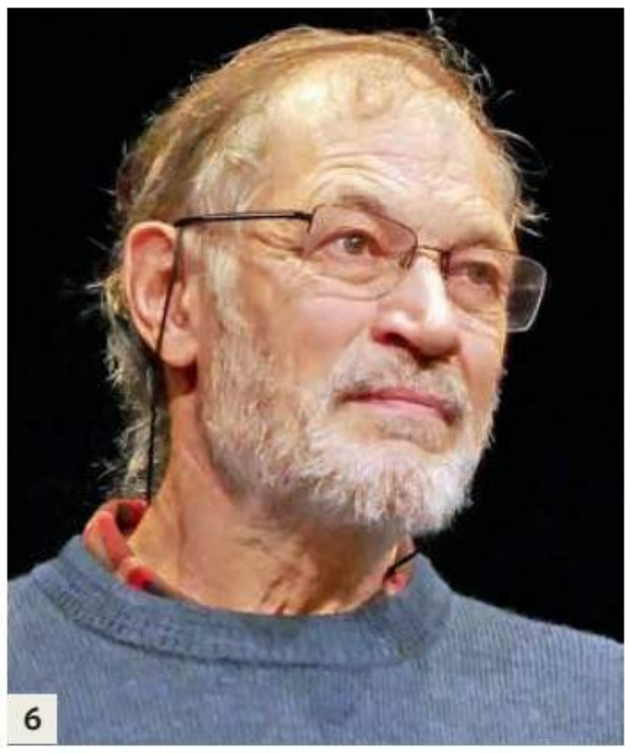
3 Jean-Paul Demoule est professeur émérite d'archéologie à l'université Paris 1 Panthéon-Sorbonne, ancien président de l'Institut national de recherches archéologiques préventives (Inrap), il a récemment publié *L'Incroyable Histoire de la préhistoire* (avec Benoist Simmat et Lucas Landais, Les Arènes, 2025) et *La France éternelle, une enquête archéologique* (La Fabrique, 2025).

4 Roger-Pol Droit est philosophe, écrivain et journaliste. Chercheur au CNRS (centre Jean-Pépin, histoire des doctrines de l'Antiquité), il a enseigné à Sciences Po et appartenu au Conseil consultatif national d'éthique. Il a notamment publié *Comment marchent les philosophes* (Paulsen, 2016) et *Je marche donc je pense* (avec Yves Agid, Albin Michel, 2022).

Fond de page: © Phleum / Getty. De gauche à droite et de haut en bas: © Collection personnelle, © Léa Crespi / Sciences Humaines, © Anne Fourès © Astrid di Crollalanza / Albin Michel



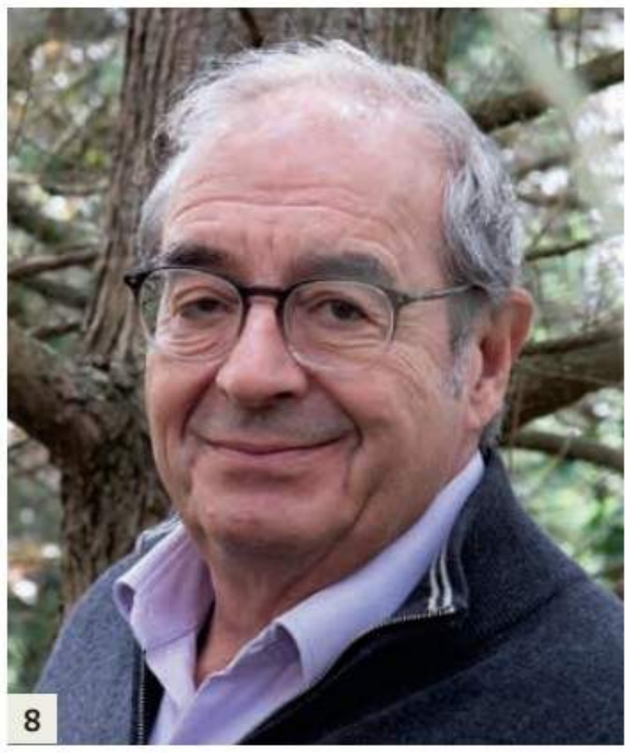
5



6



7



8

5 Cédric Feriel est maître de conférences en histoire contemporaine à l'université Rennes-2, membre du bureau de la Société française d'histoire urbaine, membre des comités de rédaction des revues *20 & 21. Revue d'histoire* et *Métropoliques*. Il a publié *La Ville piétonne. Une autre histoire urbaine du 20e siècle?* (Éditions de la Sorbonne, 2022).

6 David Le Breton est anthropologue et sociologue, professeur à l'université de Strasbourg, auteur notamment de *Éloge de la marche, Marcher. Éloge des chemins et de la lenteur, Marcher la vie. Un art tranquille du bonheur, La Fin de la conversation ? La parole dans la société spectrale* (Métailié, 2000, 2012, 2020, 2024), et *L'Art du vélo* (Payot, 2024).

7 Clémence Perrin-Malterre est maîtresse de conférences en sociologie, à l'université Savoie-Mont-Blanc, laboratoire « Environnements, dynamiques et territoires de la montagne » (Edytem). Spécialiste des pratiques récréatives en milieu montagnard, elle s'intéresse aux logiques sociales, culturelles et environnementales qui structurent la randonnée pédestre, notamment en montagne.

8 Pascal Picq est paléoanthropologue et ancien chercheur à l'université de Duke (États-Unis) et au Collège de France. Il est l'auteur de nombreux ouvrages dont *La Marche. Sauver le nomade qui est en nous* (Autrement, rééd. 2024).

De gauche à droite et de bas en haut: © Collection personnelle, © Wikipedia / CC by Ji-Elle, © Collection personnelle, © Céline Nieszawer / Flammarion

Les Grands Dossiers SCIENCES HUMAINES

38 rue Rantheaume – 89004 Auxerre Cedex

RELATION CLIENTS
VENTES ET ABONNEMENT
03 86 72 07 00
serviceclients@scienceshumaines.fr
Sylvie Rilliot - Mélina Lanvin
Bénédicte Marrière

DIRECTRICE DE LA RÉDACTION
Heloïse Lhérété @HeloiseLherete
COORDINATION ÉDITORIALE
Jean-François Marmion
Catherine Halpern
pour le Cahier Culture
halperncatherine@gmail.com
RÉDACTEURS
Cécile Peltier
Laurent Testot
Thibault Le Hégarat
Adèle Cailleteau
Mariette Thom
Olympe Menut
Véronique Bouruet-Aubertot
SECRÉTARIAT DE RÉDACTION ET RÉVISION
Frédéric Peylet
Renaud Beauval
CONCEPTION GRAPHIQUE
ET DIRECTION ARTISTIQUE
Sophie Villette
GRAPHISTE ET ICONOGRAPHE
Catherine Verchère-Julia

CHEF DE PROJET WEB
Steve Chevillard
ASSISTANT WEBMESTRE
et secrétaire documentaliste
Alexandre Lepême

PROMOTION PUBLICITÉ
Patricia Ballon
contact.annonceurs@scienceshumaines.fr

COMPTABILITÉ
Carole Charreau

RESPONSABLE DES LIVRES
Éditions Sciences Humaines
Agathe Guillot
agathe.guillot@scienceshumaines.fr

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION
Fabrice Gerschel

Sciences Humaines est édité par
Sciences Humaines Communication
SAS au capital de 214 790€
RC Auxerre B379865975
Siège social : 38 rue Rantheaume 89000 Auxerre
ACTIONNAIRE MAJORITAIRE ET PRÉSIDENTE
Philo Editions sas

DIFFUSION
MPL - Réassort dépositaires et diffuseurs
de presse, joindre Opper : 01 40 94 22 23
IMPRESSION
Imprimerie SIEP ZA Les Marchais
77590 Bois-le-Roi
Origine du papier : Suisse
Taux de fibres recyclées : 63 %
Certification: PEFC
« Impact sur l'eau » : Ptot 0,010 kg/t

LE TRI + FACILE

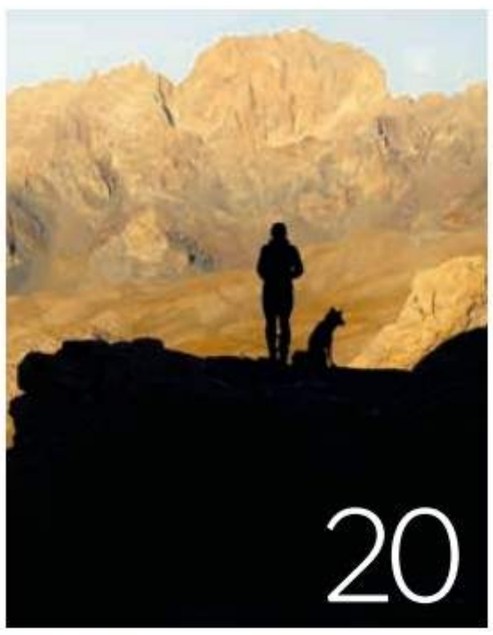
Conception de la couverture : Sophie Villette
Illustration de couverture : © Raoule d'après Forgem / Istock / Getty

Commission paritaire : 0228 D 87599
ISSN : 1777-375X
Dépôt légal à parution

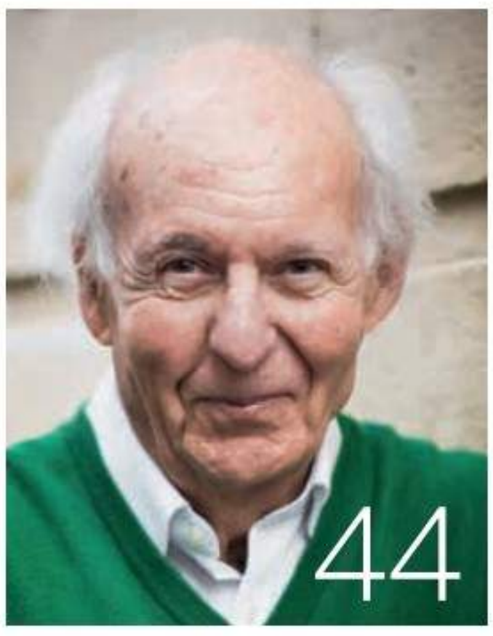
SOMMAIRE

LA MARCHE, LE PLUS COURT CHEMIN VERS SOI





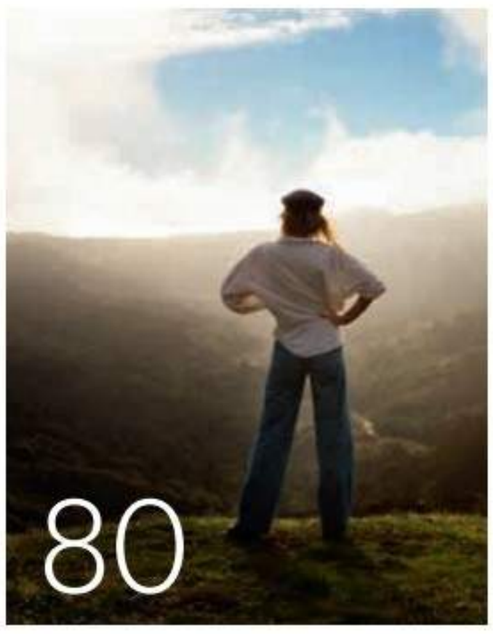












8 **« La sédentarité constitue une véritable maladie civilisationnelle »**
Entretien avec Pascal Picq

MARCHER AU FIL DES SIÈCLES

16 Préhistoire
L'espèce ambulante

20 Anthropologie
Les animaux, nos compagnons d'errance

22 Mythologies
Quand les dieux marchaient parmi nous

26 Politique
L'histoire en marche

32 Espace
Neil Armstrong, la Lune à ses pieds

34 Histoire
Le peuple des errants

MARCHER POUR SE CHERCHER

40 Premiers pas
L'exploration commence !

42 Psychologie
Dis-moi comment tu marches, je te dirai comment tu vas

44 **« Penser, c'est se déséquilibrer »**
Entretien avec Roger-Pol Droit

De gauche à droite et de haut en bas: © A. C. / Unsplash +, © Martin Colombet, © Marc Piasecki / Getty, © Astrid di Crollalanza / Albin Michel, © Melissa Schriek, © Ferran Feixas / Unsplash, © Anders Nielsen / Unsplash, © Maia Flore

48 Littérature
La bougeotte des écrivains

52 Pèlerinages
Sur les pas du divin

55 Neurosciences
La tête et les jambes

58 Déconnexion
Partir un jour, sans retour…

62 **On marche sur la tête**
Prodiges et incongruités

MARCHER AVEC LES AUTRES

66 Sociologie
Tout faire à pied, le luxe suprême ?

70 Piétons/voitures
Une lutte d'espace

74 Bien-être
Tous ensemble, tous ensemble !

77 Chorégraphie
Les lois du pas de l'oie

78 **« Un enjeu démocratique se dessine autour de l'accès à la nature »**
Entretien avec Clémence Perrin-Malterre

80 Carte blanche
Éloge des chemins





Le cahier

Édition

86 Sociologie
La tentation littéraire

Expositions

90 Le tatouage
D'une rive à l'autre

92 À la découverte de l'âge du bronze

94 L'horizon en ligne de mire

Actus

97 Exposition : Trésors archéologiques de Gaza

98 Essai : Cinéma en quête d'auteur

98 Podcast : La grotte Chauvet comme si vous y étiez

De haut en bas : © Anne van der Stegen / Marseille dans la peau, 2011, © Laura Liedo



«La sédentarité constitue une véritable maladie civilisationnelle»

Entretien avec **PASCAL PICQ**

Nous marchons de moins en moins. Cette activité est pourtant fondatrice de notre humanité, affirme Pascal Picq. Elle a non seulement permis à l'Humain de défricher de nouveaux territoires, mais aussi de développer une conscience de soi et une culture.

Le paléoanthropologue Pascal Picq n'est pas un adepte des chemins tout tracés. Avant de devenir un grand nom de sa discipline, il a obtenu une maîtrise de chimie. C'est sa rencontre avec les chercheurs Bernard Vandermeersch et Yves Coppens qui l'a conduit à changer de voie. Chercheur à l'université de Duke (États-Unis), puis au Collège de France, il a consacré sa carrière à étudier les origines de l'homme et de son évolution. Dans *La Marche*, (Autrement, 2015, réédité en 2024), il se propose de « *sauver le nomade qui est nous* ». Dans son style un peu foisonnant, le chercheur revient sur les origines et l'évolution de la bipédie dont il a contribué à percer les origines en étudiant les comportements des grands singes. Et s'attaque au passage aux errements anthropocentrés de générations de chercheurs, prenant un malin plaisir à faire descendre l'homme du piédestal où il s'est placé.

Quel rapport entretenez-vous à la marche ?
Je marche beaucoup et cette activité est intrinsèquement liée à mon travail de recherche et d'écriture. Dès que je commence à saturer ou que je bloque sur un sujet, la meilleure chose à faire est d'aller marcher. Souvent, au retour, les choses sont résolues. Ce phénomène empirique est parfaitement corroboré par l'imagerie cérébrale, qui montre que la marche permet une sorte de réinitialisation des activités du cerveau. On sait bien aujourd'hui que le cerveau, la marche et la main ont coévolué. Un gros cerveau pour la cognition et un gros cervelet pour la locomotion se sont fortement développés avec la bipédie. La marche exclusivement bipède constitue l'adaptation la plus fondamentale de la lignée humaine, avec des implications fortes sur l'ensemble de notre corps. Elle contribue aussi à nous maintenir en bonne santé et à prévenir de certaines maladies comme le cancer. Elle a un impact sur notre état psychique, nos relations sociales, notre flexibilité intellectuelle… Des recherches menées à l'université de Stanford révèlent que les personnes qui marchent sont 60 % plus créatives que celles qui ne marchent pas.

En tant que chercheur en paléoanthropologie, comment vous êtes-vous penché sur les origines de la bipédie ?
Dans les années 1980, jeune chercheur, je m'intéressais à la question de nos origines communes avec les grands singes africains. À l'époque, on dit « *l'Homme descend du singe* », mais sans plus de précision. Nos origines africaines sont loin d'être établies, malgré Lucy et les australopithèques. L'Asie livre des fossiles de grands singes intéressants, comme les ramapithèques. Mais chose étrange, depuis Darwin, qui avait conseillé de chercher nos origines du côté des grands singes arboricoles (chimpanzé, bonobo, gorille et orang-outan), personne ou presque n'a eu l'idée d'aller voir comment ils se comportaient d'un point de vue locomoteur.

« La marche a un impact sur notre état psychique, nos relations sociales… »

Je vais alors m'employer à l'observation des grands singes dans leurs environnements respectifs. Le contexte scientifique me stimule : de nouvelles méthodes de classification des espèces montrent que, parmi les grands singes, ce sont les chimpanzés et les bonobos qui sont les plus proches de nous, ces derniers déambulant volontiers de façon bipède. C'est ce qui va permettre d'éclairer les origines de la bipédie, ou plus exactement des bipédies, car on s'aperçoit qu'elles font partie des bagages de notre lignée africaine depuis une dizaine de millions d'années.

Comment expliquer ce manque d'intérêt de vos prédécesseurs pour les grands singes ?
En raison d'un héritage culturel qui nous place dans une position à part par rapport à l'animal. Dans la

Pascal Picq est un paléoanthropologue et ancien chercheur à l'université de Duke (États-Unis) et au Collège de France. Il est l'auteur de nombreux ouvrages dont La *Marche. Sauver le nomade qui est en nous* (Autrement, rééd. 2024).

© Céline Nieszawer / Flammarion

philosophie grecque, puis dans les grandes religions monothéistes, la bipédie a une signification ontologique qui distingue l'homme. Qu'elle soit due à des démiurges ou à un créateur, c'est l'apanage de l'homme au détriment des animaux. Il en va de même chez les naturalistes du 18e siècle et, plus tard, chez les évolutionnistes. Aristote le premier, avec son échelle des espèces, forge à la fois un mythe de continuité et de rupture entre les animaux et nous.

« Les premiers vrais humains n'ont pas inauguré la bipédie mais l'ont développée. »

Tous les animaux sont à quatre pattes, sauf l'Homme campé sur ses deux jambes. Ajoutez l'Homme créé à l'image de son créateur, et vous avez une icône indéboulonnable. Celle-ci perdure dans toutes les représentations de notre évolution, les grands singes et les fossiles découverts depuis remplissant les dernières cases d'une frise en forme de bande dessinée, partant des singes quadrupèdes sur la gauche jusqu'à l'Homme bipède fermant la procession à droite – autant d'espèces qui se redressent laborieusement sur le dur chemin de l'évolution. Le mythe du premier homme se redressant pour engager sa destinée dans les savanes vient de là. Dans le dualisme occidental, la bipédie devient le piédestal de l'esprit qui domine la matérialité terrestre. Le passage de la forêt à la savane est une métaphore du corps et du cerveau qui se libèrent des contraintes de la nature et se déploient dans un espace ouvert, vers le ciel. Cette image traverse toute l'histoire de la pensée occidentale.

Au début du 20e siècle, ces croyances vont donner lieu à de véritables supercheries, et occulter des découvertes importantes qui auraient permis d'en apprendre plus sur les origines de la bipédie…

À cette époque, la paléoanthropologie fascine, ouvrant une course aux origines. La France et l'Angleterre dominent le monde. Avec Cro-Magnon, Neandertal ou les grottes ornées, la France est richement dotée. L'Angleterre, première puissance mondiale, n'a rien ! C'est pourquoi la découverte, en 1913, de l'homme de Piltdown – un soi-disant fossile composé en réalité d'un crâne humain et d'une mandibule d'orang-outan – est immédiatement accueilli comme le chaînon manquant et, plus encore comme le premier Anglais de l'aube de l'humanité. Les auteurs de la supercherie grotesque sont même adoubés par la Reine Victoria ! Des décennies plus tard, on retrouve encore des chapitres sur ce canular dans les manuels de paléoanthropologie, plus que sur les australopithèques.

À l'inverse, quand en 1924, Raymond Dart découvre en Afrique du Sud les premiers australopithèques et pense avoir trouvé le chaînon manquant, on le méprise ! Notre évolution commencerait par les pieds et non par un grand cerveau : cette découverte va à l'encontre du mythe dominant du singe qui se redresse. Pour l'Europe raciste et colonialiste, impossible d'imaginer l'origine de l'humanité en Afrique ! Tant pis pour les australopithèques, qui devront attendre la découverte de Lucy cinquante ans plus tard pour être reconnus, comme les observations sur les grands singes.

Dans les années 1980, un changement de paradigme va révolutionner la compréhension de la bipédie. Que se passe-t-il alors ?

Le développement de l'éthologie et les observations de grands singes menées depuis les années 1960 contribuent à renouveler notre vision des origines de la marche. En 1986, les travaux de Jane Goodall nous livrent des informations nouvelles sur les chimpanzés. C'est aussi la période où l'on découvre les bonobos. En tant que jeune chercheur, j'ai un choc : je réalise que la bipédie, plus précisément les aptitudes aux bipédies, qui ont toujours été postulées comme le propre de l'Homme, sont partagées par les autres espèces ! Cela ne peut venir que de nos lointaines origines communes et des mondes arboricoles. Les travaux du paléoanthropologue Stephen Jay Gould, qui réconcilient la morphologie et les théories de l'évolution, marquent aussi un tournant. Les travaux de l'école française autour d'Yves Coppens sur le répertoire locomoteur des australopithèques apportent également une pierre importante à l'édifice. Ils montrent que Lucy et ses amis marchent debout, de manière un peu différente de nous, mais sont également capables

de se déplacer (arboricolisme) et de se tenir verticalement dans les arbres (bipédie assistée). Tout cela mis ensemble nous amène à repenser les origines des bipédies.

Parmi les autres grandes innovations vous citez l'arbre des espèces. De quoi s'agit-il ?
Jusqu'aux années 1980, on classe les espèces en fonction d'une certaine idée de la place de l'Homme dans la nature, et donc de l'évolution. À partir de cette époque, on inverse la logique. Au lieu de partir de cette conception biaisée de l'évolution, on se contente de classer les espèces sur la base de leurs ressemblances, plus précisément du plus grand ensemble de caractères évolués (on dit dérivés), et, une fois établi l'arbre de parenté (arbre phylogénétique), on regarde comment s'est fait l'évolution. Cet arbre ne place pas l'Homme au-dessus des grands singes comme c'était le cas avant, mais parmi les grands singes et les autres espèces. C'est entre l'Homme et ses cousins les plus proches – chimpanzés et bonobos – qu'on va établir un profil de notre dernier ancêtre commun (DAC). Dans le cadre de mes recherches, j'ai travaillé à reconstituer un portrait-robot de ce DAC. Avec mes collègues nous avons montré qu'il marchait debout. Aujourd'hui, nous avons la confirmation que tous les hominidés les plus récents découverts en Afrique étaient bipèdes. *Ardipithecus*, dit « Ardi » (Éthiopie, 5,5 millions d'années), a des ancêtres chimpanzés qui pratiquaient la bipédie, ce qui prouve que les premiers vrais humains, apparus il y a environ deux millions d'années, n'ont pas inauguré la bipédie, mais l'ont développée.

Vous écrivez pourtant que tout humanisme commence avec la marche. Pourquoi ?
Par humanisme, j'entends l'émergence de représentations sur la place de l'Homme dans le Cosmos. Le genre *Homo* est apparu en Afrique il y a environ deux millions d'années, avec l'*Homo*

© Céline Nieszawer

erectus africain ou *Homo ergaster*. On assiste à la même période à l'émergence d'hommes et de femmes de grande taille, doués d'une bipédie particulièrement efficace et dotés d'un cerveau de plus en plus développé. André Leroi-Gourhan, dans *Le Geste et la Parole* (1964), esquissait l'idée d'une coévolution entre nos organismes et nos espaces sociaux et culturels. Les recherches menées dans les années 1990-2000 sur des fossiles africains découverts à partir des années 1970 précisent ces relations, et révèlent comment ces possibilités physiques et cognitives conjuguées aux avancées techniques, en particulier l'usage du feu, vont permettre à *Homo erectus* de s'adapter à une diversité sans cesse croissante d'environnements. Une adaptation favorisée par la marche ; on passe de la marche à la marche de l'humanité. Sur le plan physiologique, notre ancêtre se distingue par

« Aucun animal ne pourrait tenir en plein soleil comme les joueurs de tennis à Roland-Garros. »

un corps très élancé, doté de longues jambes et de capacités d'endurance qui vont lui permettre de parcourir de très longues distances, puis de quitter le continent africain pour peupler l'Asie et l'Europe. Il le quitte sur deux pieds, et davantage poussé par des pensées que par des contraintes écologiques. L'éthologue Jakob von Uexküll disait que si les animaux sont « au monde », les Hommes sont des transformateurs de monde.



Qu'est ce qui fait la spécificité de la marche humaine qui se développe alors ?
Contrairement à d'autres animaux, comme le cheval qui marche (allure à quatre temps), trotte (deux temps) ou galope (trois temps), l'humain n'a qu'un seul rythme de locomotion pour la marche et la course, le trot. Il ne court pas vite, mais il court longtemps. Chez l'Homme, cette simplification du répertoire locomoteur, fait l'objet d'une machinerie extrêmement complexe, tant au niveau cérébral que physiologique. La position verticale de son corps, contrairement aux autres quadrupèdes, le rend plus aérien. Par ailleurs, ses poils très courts et ses glandes sudoripares, en produisant de la sueur, permettent de réguler la température du corps, alors que le rythme de sa respiration se décorrèle de celui de ses membres. Ces transformations expliquent son endurance exceptionnelle. Aucun animal ne pourrait tenir en plein soleil comme les joueurs de tennis à Roland-Garros, par exemple ! Cette maîtrise de la marche et ses capacités physiologiques font d'*Homo erectus* un chasseur redoutable et inédit sur la planète ! Les canidés et les équidés actuels possèdent de belles endurances – c'est pour ça que chiens et chevaux sont engagés dans les chasses à courre – mais pas au niveau des humains.

Pourtant, dans le même temps, la bipédie moderne a bien failli nous coûter la vie…
Oui, la mise en place d'une bipédie qu'on pourrait qualifier de performante a coïncidé, il y a environ deux millions d'années, avec une fermeture du bassin féminin. Cette évolution, combinée à une augmentation de la taille de la tête des bébés, a condamné les femmes à accoucher dans d'atroces douleurs. Pour s'adapter, la grossesse humaine s'est réduite à neuf mois, au lieu des dix-huit à vingt-et-un mois que nécessiterait « normalement » le développement cérébral du petit humain. Après la naissance, le bébé va continuer une croissance extra utero comme s'il était in utero, ce qu'on appelle l'altricialité secondaire. Ce gros nouveau-né avec une immaturité très particulière est une spécificité humaine. Comment est apparue une adaptation aussi considérable ? On ne sait pas.

Devons-nous aujourd'hui nous inquiéter de la diminution de nos capacités physiques sous l'effet d'une plus grande sédentarité ?
Oui ! La sédentarité, notamment chez les jeunes, constitue une véritable maladie civilisationnelle. Les hommes et les femmes de la préhistoire étaient de sacrés athlètes, forts, capables de marcher ou de courir des dizaines, voire des centaines de kilomètres. S'ils par-

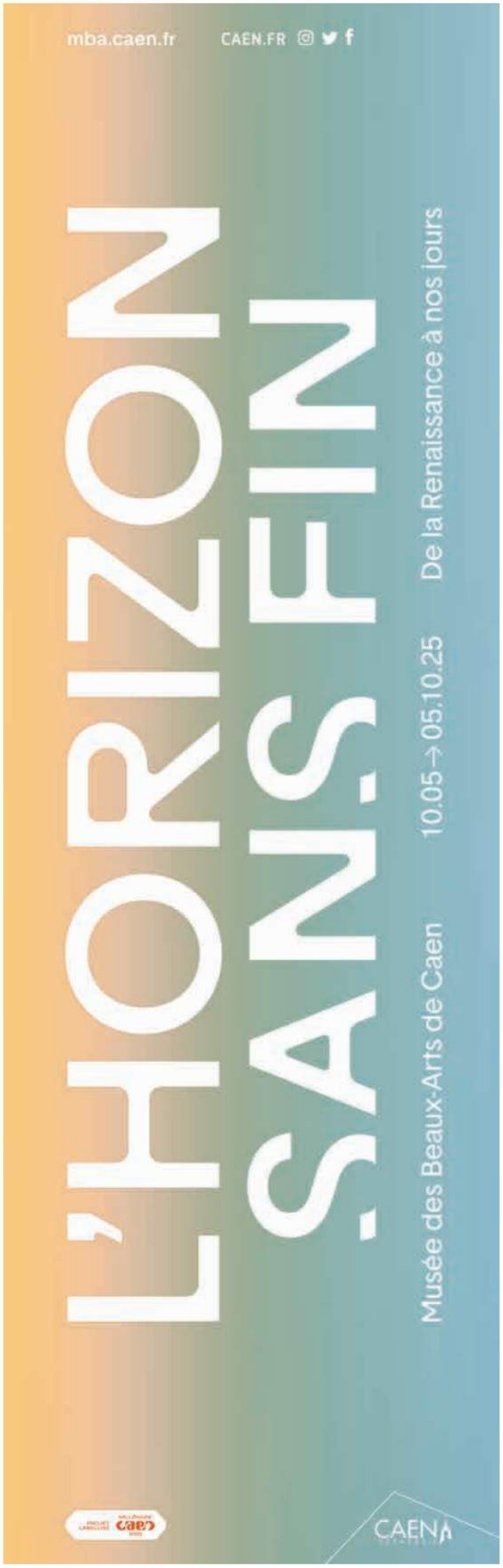
ticipaient aux Jeux olympiques, ils feraient un malheur en athlétisme, en lutte, en haltérophilie, en aviron et en rugby. Il y a cinq-mille ans, l'avènement de l'agriculture a rendu nos ancêtres du Néolithique beaucoup plus graciles. On a comparé les squelettes d'*Homo sapiens* du Néolithique issus de sociétés agricoles avec des populations de la même période – soit entre douze-mille et trois-mille ans – vivant d'une économie de chasse et de collecte : on observe au fil des millénaires 20 et 30 % de masse musculaire et 200 cm3 de cerveau en moins.

Depuis cette date, avec l'industrialisation, on peut imaginer que nos capacités ont encore chuté. Nous sommes beaucoup moins robustes que nos ancêtres. Ainsi, l'amélioration des conditions de vie, qui nous a permis de regagner dix à quinze centimètres depuis la Seconde Guerre mondiale, est un épiphénomène à l'échelle de l'histoire de l'humanité. Un épiphénomène qui pourrait bien avoir notre peau : aujourd'hui la sédentarité et l'obésité menacent notre espèce, sans oublier toutes les maladies civilisationnelles. Notre confort de vie se retourne contre nous, ce que j'appelle « le syndrome de la Planète des Singes ».

Comment remettre le monde en marche ? Faut-il recommencer à vivre comme Cro-Magnon ?

Non, évidemment, ce serait idiot (rires) ! Mais dans nos villes, nos villages, il faut redevenir des péripatéticiens. Les philosophes grecs ne se sont pas trompés, et c'est pourquoi mon livre s'ouvre par une balade philosophique. L'avenir physique et psychologique de l'humanité en dépend. Il faut marcher avec ceux qu'on aime, flâner pour se détendre, se rapprocher de la nature… Il s'agit aussi de rendre aux enfants cette liberté de courir en ville, essentielle pour explorer et se construire. Je me souviens de mes cavalcades à toutes jambes dans le terrain où mes parents cultivaient des légumes ! Les femmes doivent aussi pouvoir marcher à n'importe quelle heure du jour et de la nuit, ce qui serait l'ultime gage d'une vraie liberté. ●

PROPOS RECUEILLIS PAR CÉCILE PELTIER





MARCHER AU FIL DES SIÈCLES

On imagine souvent l'histoire comme une grande cavalcade pleine de fracas, de coups d'État et de ruées vers le pouvoir. Pas toujours ! Il lui arrive de s'écrire au pas. Parfois lent, voire traînant ou titubant. Avant de régner, Moïse a marché. Avant de tomber, Napoléon aussi. Gandhi a évolué en sandales, les soldats en rangers, les manifestants en baskets trouées. On a marché sur Rome, sur la Lune, pour la paix ou pour le pain. Et parfois, on a juste marché dans une flaque. Les dieux eux-mêmes, paraît-il, descendaient de leurs nuages pour nous accompagner un peu – sans doute pour s'aérer. Et même Neil Armstrong, sur la Lune, n'a fait qu'un petit pas pour l'homme. Pas un saut. Pas une roulade. Non : un pas. Comme quoi, on peut changer l'histoire sans même accélérer. Ceux qui avancent à pied vont peut-être moins vite, mais ils laissent des traces.

© Zetat/ iStock / Getty Images Plus



PRÉHISTOIRE

L'espèce ambulante

Par **Jean-Paul Demoule**

Nous marchons depuis la nuit des temps. Marcher a permis aux Homo erectus *d'envahir la planète, aux* Homo sapiens *de se multiplier, et à d'innombrables armées de se confronter. Ce geste si banal et si essentiel raconte notre histoire.*

Depuis le dernier ancêtre commun universel, commun à tous les êtres vivants, il n'y a que quatre principales manières de se déplacer: voler, ramper, nager ou marcher. Encore faut-il préciser de quelle marche il s'agit, car on peut, du moins dans la langue française, marcher sur deux pattes ou sur quatre. Et dans ce dernier cas de façon croisée, ou au contraire symétrique, c'est-à-dire alternativement les deux membres de gauche, puis de droite: c'est ce qu'on appelle «l'amble», que pratiquent certains chevaux, mais encore certains éléphants, okapis ou chameaux. Des oiseaux marchent également sur deux pattes, tels les pigeons, sortes de rats volants, tandis que d'autres sautillent sur elles, comme les corvidés, les plus intelligents. On peut donc supposer que certains dinosaures, ancêtres des oiseaux comme on sait, devaient de même marcher sur deux pattes, les tyrannosaures par exemple. Sautillent aussi sur leurs deux pattes les kangourous, et peuvent se dresser sur leurs pattes arrière les pangolins géants, les suricates, certaines marmottes ou chiens de prairie, ou encore les ours, en général pour voir venir le danger ou pour impressionner l'adversaire.

Jean-Paul Demoule est professeur émérite d'archéologie à l'université Paris 1 Panthéon-Sorbonne, ancien président de l'Institut national de recherches archéologiques préventives (Inrap), il a récemment publié *L'Incroyable Histoire de la préhistoire* (avec Benoist Simmat et Lucas Landais, Les Arènes, 2025) et *La France éternelle, une enquête archéologique* (La Fabrique, 2025).

© A. C. / Unsplash +

La marche sur deux pattes caractériserait donc les humains, du moins depuis *Homo erectus* («l'homme-qui-se-tient-droit»), qu'on aurait dû appeler plutôt *Homo ambulans* (du latin *ambulare*, marcher), bien que cela ne sonne pas très bien en français. Bientôt viendra son descendant, *Homo sapiens* («l'homme-sage»), sans doute nommé ainsi par antiphrase. Les primates marchent normalement sur quatre pattes et la bipédie aurait été une invention récente, propre à nous les primates humains. L'histoire est néanmoins plus complexe, car deux espèces de primates pratiquaient déjà, voici fort longtemps, la station debout. Le plus ancien est *Danuvius guggenmosi*, découvert il y a dix ans seulement par l'archéologue amateur Siegulf Guggenmos. Il gambadait en Bavière sous un climat tropical, il y a près de douze millions d'années, évoluant aussi bien au sol que dans les arbres, auxquels il pouvait tout autant se suspendre. Un peu plus tard, vers huit millions d'années et cette fois en Italie, est signalé *Oreopithecus bambolii* (le «singe-des-collines», mis au jour en 1872 à Montebamboli, Toscane), lui aussi adapté aux déplacements arboricoles, mais pouvant marcher sur ses pattes postérieures.

LES SCÉNARIOS DE LA BIPÉDIE

Il n'est donc pas illogique d'arriver, à peine trois millions d'années plus tard, aux premiers australopithèques africains qui trottinaient au sol, mais pouvaient aussi bien se déplacer dans les arbres. La célèbre Lucy, parmi les divers scénarios suggérés, se serait même tuée en tombant du haut d'un arbre. Cette aptitude occasionnelle à la bipédie tiendrait selon certains à une exaptation, c'est-à-dire à l'adaptation progressive d'un organe ou partie du corps à une autre fonction que celle d'origine, en l'occurrence les pattes postérieures. Il avait été aussi proposé par le regretté Yves Coppens qu'un dessèchement climatique de l'Afrique orientale aurait contraint les primates locaux à se redresser dans la nouvelle savane, contrairement à ceux des forêts tropicales ou équatoriales occidentales, une hypothèse qu'il avait baptisée «East Side Story» et qui n'était pas sans rappeler la chute biblique. Mais la découverte d'autres australopithèques bien plus à l'ouest lui fit abandonner, avec fair-play, la théorie.

Émergent à partir de deux millions d'années environ les *Erectus* déjà évoqués. La bipédie devient alors définitive, et donc la marche, marque de fabrique de cette espèce qui va, grâce à elle, se rendre invasive. En effet, si les autres primates vivent en général dans une aire délimitée, certains des *Erectus*, toujours à partir de deux millions d'années, vont «sortir» d'Afrique ou, plus exactement, quelques individus plus entreprenants ou curieux que d'autres s'installeront un peu plus loin à chaque génération. Ils atteindront en quelques milliers d'années les rives du Pacifique et d'autres, nettement plus tard, l'actuel territoire français il y a un million d'années, et même l'Angleterre. Tout cela en marchant! Là où ils se fixent, ils continuent d'évoluer à la faveur de la sélection naturelle. En Asie, ils débouchent vers 300000 ans sur les Dénisoviens, récemment identifiés, et en Europe sur les bien connus Néandertaliens. Quant à ceux qui avaient préféré rester en Afrique, ils se transforment peu à peu, dans le même temps, en *Homo sapiens* dont certains, à leur tour, à partir d'au moins 100000 ans, vont «sortir» d'Afrique, toujours en marchant. Ils atteignent l'Australie voici près de 60000 ans (ce qui suppose à cette occasion

Un dessèchement climatique de l'Afrique orientale aurait contraint les primates à se redresser.

la navigation, un second et nouveau mode de déplacement, en sus de la marche), et l'Europe il y a environ 45000 ans. Là, comme on sait, ils se mélangent aux indigènes néandertaliens, leurs lointains cousins, qui disparaissent progressivement, tout comme les Dénisoviens en Asie, léguant à chaque fois, les uns comme les autres, une petite partie de leur patrimoine génétique aux *Sapiens*.

Ces derniers colonisent cette fois l'ensemble de la planète, atteignant les Amériques par le détroit de Béring il y a environ 25000 ans. La plupart sont contraints à un mode de vie nomade en fonction des ressources saisonnières, animales et végétales, même si c'est en restant à l'intérieur d'un territoire donné. Ainsi, sur les bords de la Seine il y a 15000 ans, revenaient-ils chaque automne sur le site de Pincevent, à l'endroit d'un gué, afin d'abattre les rennes de passage lors de leur migration annuelle. Certains groupes peuvent néanmoins se sédentariser dans des milieux aux richesses permanentes, notamment d'origine aquatique, comme poissons, coquillages, voire mammifères marins, sur les rives des grands fleuves, dans des lagunes ou des îles, tel l'archipel japonais.

LE CONFINEMENT DU NÉOLITHIQUE

Depuis 115000 ans régnait sur la Terre la dernière grande glaciation. Celle-ci prit néanmoins fin il y a 12000 ans; et le climat se réchauffa peu à peu pour aboutir aux conditions actuelles. Différents groupes de chasseurs-cueilleurs, indépendamment en diverses régions du monde, entreprennent alors de domestiquer certains animaux et certaines plantes (le principe de la domestication étant déjà connu, puisque

des loups avaient été transformés en chiens durant la période glaciaire en plusieurs points du monde). Ces nouvelles domestications, d'abord alimentaires, vont permettre une sédentarisation définitive. Certes, il faut toujours marcher pour entretenir les champs ou mener paître le bétail, mais pour la première fois, les humains se confinent dans des maisons en dur, à l'intérieur d'un village permanent, les morts se sédentarisant tout autant avec l'apparition des premiers cimetières. Et bientôt les villages deviendront des villes, d'où il ne sera même plus nécessaire de sortir, puisque la nourriture et d'autres biens arrivent directement depuis les zones rurales.

De fait, avec la sédentarité et une nourriture mieux sécurisée, la démographie humaine va peu à peu exploser, passant de deux à trois millions d'individus à la fin de la glaciation aux huit milliards actuels en à peine douze mille ans, c'est-à-dire en 5% environ de la durée totale d'*Homo sapiens*. Dans chaque région d'invention de l'agriculture installée, une partie du trop-plein d'humains doit donc aller un peu plus loin (toujours en marchant), assimilant, repoussant ou massacrant les indigènes locaux «restés» chasseurs-cueilleurs. Ainsi, à partir du foyer initial du Proche-Orient, le surplus d'humains part alors en marchant, mais parfois aussi en naviguant, vers l'Europe, le Maghreb ou encore l'Asie centrale. Arrivés à l'Atlantique, les *Sapiens* ne pourront pas se rendre plus loin, du moins jusqu'à Christophe Colomb (et l'invasion des Amériques par les Européens ne s'avéra finalement que le prolongement de cette migration).

Au cours du 4e millénaire avant notre ère intervint néanmoins, à la fois en Europe et au Moyen-Orient, une invention fondamentale, la roue. Combinées à la traction animale, ce fut d'abord de lourdes roues pleines, pour des chars tirés par des bœufs ou des équidés, avant les roues à rayons qui ne seront imaginées que deux millénaires plus tard, à peu près en même temps que les premières montes sur des chevaux, toujours autour de 2000 environ avant notre ère. Dès lors, la marche pouvait céder le pas à des véhicules, chars ou charrettes mais aussi, grâce à différents animaux de traits, traîneaux et travois (véhicules sans roues). De plus en plus sédentaires, les *Sapiens*, du moins ceux qui n'y sont pas contraints par diverses nécessités, ne marcheront plus que par plaisir ou par hygiène.

À LIRE

François Bon, *Préhistoire. La fabrique de l'homme*, Seuil, 2009.
Jean-Jacques Hublin, *La Tyrannie du cerveau. Un nouveau récit de l'évolution humaine*, Robert Laffont, 2024.
André Leroi-Gourhan, *Le Geste et la Parole*, 2 vol., Albin Michel, 1964-1965.



Giovanni Francesco Romanelli (1612-1660), *L'Enlèvement des Sabines* (détail), musée du Louvre.

© Marie-Lan Nguyen / Wikimedia Commons

VIOLENCE MASCULINE

Un effet pervers de la bipédie ?

Chez les mammifères, l'accouplement n'est possible que pendant l'ovulation. Elle se manifeste, pour les femelles primates, par l'œstrus, un gonflement des parties génitales, qui se colorent et émettent des odeurs particulières à l'intention des mâles, ou du moins de ceux qui seront acceptés. Parfaitement visible parmi les quadrupèdes, ce phénomène disparaît avec la bipédie, à un moment qui n'est pas connu mais qui a dû se produire au cours de l'évolution d'*Homo erectus*. En conséquence, l'ovulation n'est plus perceptible (même si certaines femmes la ressentent encore) et l'accouplement peut survenir n'importe quand. Cela peut présenter des avantages pour les humaines et les humains, mais c'est en même temps la cause de tensions permanentes entre les deux sexes. Sans même parler des violences sexuelles, par temps de guerre comme de paix, les mythes anciens le confirment, de la guerre de Troie à l'enlèvement des Sabines à Rome. Et une des principales fonctions des diverses religions ne s'avère-t-elle pas le contrôle de la sexualité féminine? **J.-P.D.**

LA FRANCE ?

28E RENDEZ-VOUS DE L'HISTOIRE

8-12 OCT. 2025

BLOIS

belleville.eu 2025 photographie © Martin Argyroglo

RDV-HISTOIRE.COM

SALON DU LIVRE · DÉBATS · CINÉMA · EXPOSITIONS · ENTRÉE LIBRE

ANTHROPOLOGIE
Les animaux, nos compagnons d'errance

Marcher avec un chien? Classique. Mais avec un renne ou un dhole? Derrière le cheminement commun avec les animaux se cache une longue histoire d'alliances, de survie, de coévolution.

Il y a 26000 ans, un enfant a marché dans ce qui serait plus tard appelé la grotte de Chauvet. Nous le savons parce que ses empreintes sont toujours figées dans la boue, pétrifiées par le temps. Mais le plus étonnant, une fois imaginé l'état d'esprit du môme brandissant une mauvaise torche dans cette cathédrale hantée de multiples peintures d'animaux, est de voir un second jeu de traces, parallèles aux siennes. Un canidé. Loup, dhole (*Canis* sauvage qu'on ne trouve aujourd'hui qu'en Asie), voire... chien? Les deux séries d'empreintes étaient-elles vraiment simultanées? Nous ne le saurons pas. Quelques archéologues ont cru y déceler les indices d'une lointaine cohabitation, voire – qui sait? – le plus ancien témoignage de domestication.

NOS COLOCATAIRES DE L'ÉVOLUTION

Nous avons perdu la capacité que nos ancêtres avaient de communier avec les animaux. Il ne fait guère de doute que l'omnivore que nous sommes a coévolué avec la grande faune. Il a développé au contact des animaux son système symbolique et ses connexions corticales, en étant à leur affût, en lisant leurs traces, en suivant sans relâche leurs migrations, se nourrissant des traînards, avant de devenir capable de se mesurer aux plus forts d'entre eux. C'est chose faite il y a peut-être 800000 ans, avec la domestication probable du feu. C'est attesté voilà 400000 ans, quand des prénéandertaliens sont en mesure de tuer des mammouths avec des épieux.

En Afrique australe comme en Sibérie, les anthropologues ont documenté ce qui pourrait être la plus ancienne chasse pratiquée par l'humanité: la traque à l'exhaustion. Le bipède que nous sommes est un champion de la course d'endurance, mais un très mauvais sprinter. Essayez de rattraper une gazelle ou une antilope, et le quadrupède détalera. Obstinez-vous. Si vous pouvez tenir un marathon et au-delà, vous l'emporterez. Car contrairement à vous, qui pouvez suer de tous vos pores, la proie, dépourvue de glandes sudoripares, ne pourra évacuer l'excès de chaleur musculaire qu'en haletant désespérément entre deux sprints. Au bout d'un moment, votre gibier tombe d'épuisement, il ne vous reste qu'à l'achever. Hasard? Le loup gris, que nous avons façonné en chien, est le seul autre prédateur à chasser de cette façon.

À bien regarder, sur Terre, nul n'a été plus mobile que l'humain moderne, qui en 200000 ans a conquis tous les écosystèmes terrestres. Si d'autres espèces l'ont fait, c'est dans son sillage. Rat, souris dite improprement domestique, blatte restent nos commensaux. Ils vivent dans notre ombre. Et tous les autres, les domestiqués, dépendent aujourd'hui de nous pour leur survie et leur logis. Si des vaches paissent aux États-Unis, à la place des bisons d'antan, c'est qu'elles ont été amenées, en une lignée dont nous pouvons retracer l'origine en Iran il y a 10000 ans, par les colons européens. La mobilité de tous ces animaux est celle de dépendants.

Le chien a été le prototype du pacte de la domestication. Il est apprivoisé depuis au moins 18 millénaires, quand les autres animaux ne l'ont été qu'à partir d'il y a 11000 ans. À lui revient indéniablement la palme du plus vieux compagnon de marche des humains. Beaucoup d'entre nous connaissent le plaisir inestimable de se promener quotidiennement avec lui. Il est le premier animal chez lequel les éthologues ont mis en évidence la capacité à lire notre regard, à comprendre nos intonations, et à échanger de l'ocytocine – apaisante



hormone de la confiance et de l'empathie –, générée dans son cerveau et le nôtre lors des contacts visuels.
Les chiens sont arrivés dans les Amériques depuis l'Asie, emmenés par les ancêtres des Amérindiens. Ils les utilisaient pour leur mobilité, attachant l'animal entre deux bâtons, dits travois, entre lesquels ils ligotaient leurs biens, notamment les paquets de fourrure qui permettaient de monter les tentes, en une charge que le clébard tractait de campement en campement. Ce n'est que plus tard que les Européens introduisirent le cheval dans les Grandes Plaines, y révolutionnant le déplacement.

LA DOMESTICATION: UN PACTE, PAS UNE PRISE DE POUVOIR

Compagnon de marche, le chien nous a également permis d'accéder à la sédentarité de masse. Sans lui, il n'y aurait peut-être pas eu d'urbanisme; nous aurions pu être contraints de rester nomades. Quand vous fondez un village, les déjections s'accumulent, les reliquats alimentaires aussi, les pathogènes s'y concentrent et dégradent votre espérance de vie. Le chien se révèle une poubelle de table, il absorbe les déchets et assainit votre environnement. Beaucoup racontent que le chien a été domestiqué pour assister les chasseurs, mais force est de constater que les chiens archaïques, tel le dingo australien, sont peu portés au partage du gibier. En revanche, ils torchent volontiers le derrière de nos petits dans les campements, garantissant l'hygiène. Notre premier compagnon de marche a aussi été celui qui nous a permis d'arrêter de courir, de devenir des sédentaires endurcis, de fonder des civilisations.
Dans son livre *Attachements. Enquête sur nos liens au-delà de l'humain* (La Découverte, 2024), l'anthropologue Charles Stépanoff nous emmène auprès des Tozhus, peuple autochtone de Sibérie. Des chasseurs-cueilleurs qui nomadisent avec une poignée de rennes, formant avec ces cervidés des «*communautés hybrides*», mêlant animaux et humains. Les cornus ne sont pas entravés, ils peuvent disparaître dans les étendues sauvages et revenir quand bon leur semble. «*Le renne domestique est à la fois une monture, un ami, un pourvoyeur de lait, un intermédiaire avec les esprits et parfois une source de viande et de fourrure*», nous dit l'auteur. Et de souligner le tissu de relations qui unit les Tozhus, comme d'autres peuples, aux autres vivants, rennes ou ours, imbriquant des liens alimentaires, techniques, thérapeutiques, mythologiques et affectifs. Il fut un temps pas si lointain où les non-humains arpentaient librement la Terre, où nous les traitions certes comme des pourvoyeurs de ressources, mais aussi comme des cohabitants de la planète, des entités avec lesquelles nous étions associés. Peut-être conviendrait-il de réviser ce que nous croyons savoir de la domestication, de la soumission du monde animal? Il faudrait avoir le courage de plonger nos yeux dans ceux de notre compagnon canin, afin d'y renouveler l'expérience immémorielle de l'empathie interespèce.

Compagnon de marche, le chien nous a permis de fonder des civilisations.

LAURENT TESTOT

© Martin Colombet



MYTHOLOGIES

Quand les dieux marchaient parmi nous

Dans les récits fondateurs et les traditions spirituelles, de nombreux dieux ne restent pas assis sur leur trône. Ils marchent. Et ils marchent sur Terre, pour le meilleur et pour le pire. Pourquoi prennent-ils cette peine? Pour le savoir, cheminons près d'eux, à pas mesurés.

Il est des mythes où les dieux volent et caracolent au-dessus du monde, par-delà les nuages, propulsés par le tonnerre ou juchés sur des montures célestes. D'autres récits, à l'inverse, les montrent cheminant à nos côtés, avec une lenteur souveraine, de leur démarche étrange ou étrangement familière, foulant les champs, les rues, les forêts, les déserts. Et les mortels de se demander: «*Mais que viennent-ils faire ici?*» Question subsidiaire: «*Vaut-il mieux les fuir ou les suivre?*»

DIEUX CRÉATEURS ET RÉVÉLATEURS

Au commencement étaient leurs orteils. Certains ont créé le monde avec. Avec les pieds, pas comme des pieds. Chez les Aborigènes d'Australie, les Créateurs ont ainsi

© Marco Bottigelli / Getty

engendré le monde à mesure qu'ils y marchaient, tout en chantant, pendant le « Temps du rêve » originel. Chaque colline, chaque rivière, chaque roche est née sous leurs pas. En Polynésie, la déesse Pele, liée aux volcans, avance d'île en île, en utilisant son bâton magique, le Pa'oa, laissant des coulées de lave sous ses pieds. Son pas est destructeur mais aussi fondateur, traçant de nouveaux paysages. En Inde, Kali ne marche pas, elle danse en marchant, dans une transe cosmique, écrasant au passage les démons… et même son propre époux Shiva.

Dans plusieurs traditions, c'est *a posteriori* que le passage d'un dieu transforme en territoire sacré le paysage préexistant. Les pieds de Bouddha gravés dans la pierre au Sri Lanka ou en Thaïlande, les pas de Vishnu associés à des sanctuaires hindous, les roches foulées par les ancêtres dans les spiritualités animistes d'Afrique australe… Les dieux ne marchent jamais dans le vide. Là où ils posent le pied, le monde s'éveille, s'ordonne, se charge de sens. Dans de nombreuses traditions, le simple passage d'une divinité métamorphose le territoire.

Plus souvent encore qu'un geste de création, la marche divine constitue donc une modalité d'apparition : le dieu vient à la rencontre des humains pour être reconnu, célébré ou vénéré. Il se veut incarné, donc accessible, et littéralement à portée de main. Le sacré se laisse toucher. Dans la Grèce antique, les théophanies, manifestations visibles d'une entité céleste, prennent de manière fréquente la forme d'un dieu en marche, parfois sous une apparence humaine : Dionysos parcourt les régions grecques, Apollon descend sur Terre dans des récits fondateurs de sanctuaires… En Inde, les avatars de Vishnu, comme Rama ou Krishna, empruntent les chemins de la Terre pour rétablir le dharma, l'ordre des choses, la roue de la vie, et vivent justement parmi nous, marchent avec nous, aimant, intervenant dans nos conflits, enseignant.

Enseignant, oui, puisque les dieux se révèlent… ou révèlent. Ainsi, après avoir lui-même marché en quittant son palais, puis atteint l'éveil, le Bouddha parcourt-il l'Inde à pied pour inculquer le dharma, ou roue de la vie. À chaque étape, il répond aux questions, transmet, s'adapte. Ses pas sont pédagogie. Encore aujourd'hui, ses empreintes du Bouddha sont vénérées dans toute l'Asie comme des signes de sa présence et de sa sagesse. Les esprits orishas du peuple yoruba (Afrique de l'Ouest), comme le dieu du ciel Olorun, ne sont pas des conquérants : en lien avec les forces de la nature, ils marchent dans le monde avant de disparaître, en se pétrifiant parfois. Le pas des dieux ne se veut alors ni tonitruant ni glorieux, mais une démarche de transmission aussi discrète qu'essentielle. Le déplacement est ici symbolique : on avance physiquement et spirituellement à la fois. Ce lien entre marche et transmission se retrouve dans certaines traditions orales africaines ou amérindiennes : les anciens enseignent en cheminant, entre deux points du territoire, car le mouvement favorise l'écoute, la mémoire, la méditation. La parole divine n'est donc pas toujours proclamée du haut d'une montagne. Parfois, elle est chuchotée sur le bord du chemin, diffusée à mesure des pas. De telles divinités se déplacent pour montrer la voie, au sens propre comme au figuré. La marche devient pédagogie, révélation progressive, adaptée au rythme de l'humain.

MARCHER INCOGNITO

Plus récemment, non dans la mythologie mais dans les Évangiles, Jésus, fils de Dieu ou Dieu fait homme, tantôt se révèle, quand il ne marche pas seul sur les eaux, ou révèle, quand il enseigne en cheminant avec ses disciples sur les routes, ou, après sa résurrection, accompagne les pèlerins d'Emmaüs incognito.

D'autres entités marchent parmi nous sans se faire reconnaître, déguisées, effacées, parfois même méprisées. Leur anonymat n'est pas signe de faiblesse, mais de stratégie spirituelle, de pédagogie paradoxale ou de mise à l'épreuve. Par exemple, dans la mythologie nordique, Odin aime apparaître en vieil homme fatigué, borgne, vêtu d'un manteau poussiéreux. Il interroge les mortels, observe, juge, et n'hésite pas à punir ceux qui l'ont mal reçu. Sa démarche hésitante trompe les apparences, mais révèle un dieu attentif aux vertus simples : l'hospitalité, la sincérité, la mémoire. Dans les récits gréco-romains, Zeus et Hermès descendent parfois sur Terre, eux aussi sous les traits de mendiants. Dans la légende de Philémon et Baucis, un vieux couple pauvre les accueille alors que tout un village les a repoussés. Le village finira sous les eaux après un déluge, les vieillards seront récompensés et pourront demeurer ensemble pour l'éternité, changés en arbres après leur mort. Là encore, la marche incognito prend des allures de test moral.

Là où les dieux posent le pied, le monde s'éveille ou se disloque.

Dans la Bible, deux anges marchent dans les rues de Sodome et Gomorrhe à la recherche de dix justes dont la simple existence pourrait calmer la colère de Dieu. Loth seul les accueille. Tous les autres périront dans la destruction des deux villes. Chez les Yorubas, intermédiaire entre le monde matériel et celui des esprits, l'orisha Eshu parcourt

les chemins en semant le trouble sur son identité. Il peut marcher avec un chapeau noir d'un côté, blanc de l'autre, et provoquer ainsi des querelles entre les témoins qui prétendent l'avoir vu. Il change de forme, de visage, de rôle. Dans les Amériques, les esprits tricksters comme Coyote (chez les Navajos) marchent parmi les hommes pour les tromper, mais aussi les instruire par l'échec. Tous les dieux ou esprits marcheurs ne se révèlent donc pas de bon augure, tant s'en faut, surtout ceux qui ne se révèlent pas, ou trop tard. Chez les Mayas, certains messagers du malheur arrivent discrètement, à pied, dans les villes trop arrogantes. Ils apportent la famine, la maladie ou la guerre, comme des visiteurs que personne n'a invités. La lenteur devient ici un symbole d'inéluctabilité. Dans certains mythes africains ou caribéens, d'autres entités malignes imitent l'allure des bons dieux, pervertissant les rituels pour mieux tromper les humains et les mener au chaos. Chez les Hopis, les esprits kachinas sont ceux des premiers enfants indigènes, morts noyés, et qui chaque année rendent une petite visite… et repartent en volant les enfants. Il faudra marchander l'établissement d'un rituel pour épargner la progéniture des malheureux villageois.

Dans toutes les cultures, des humains marchent sur les traces du divin.

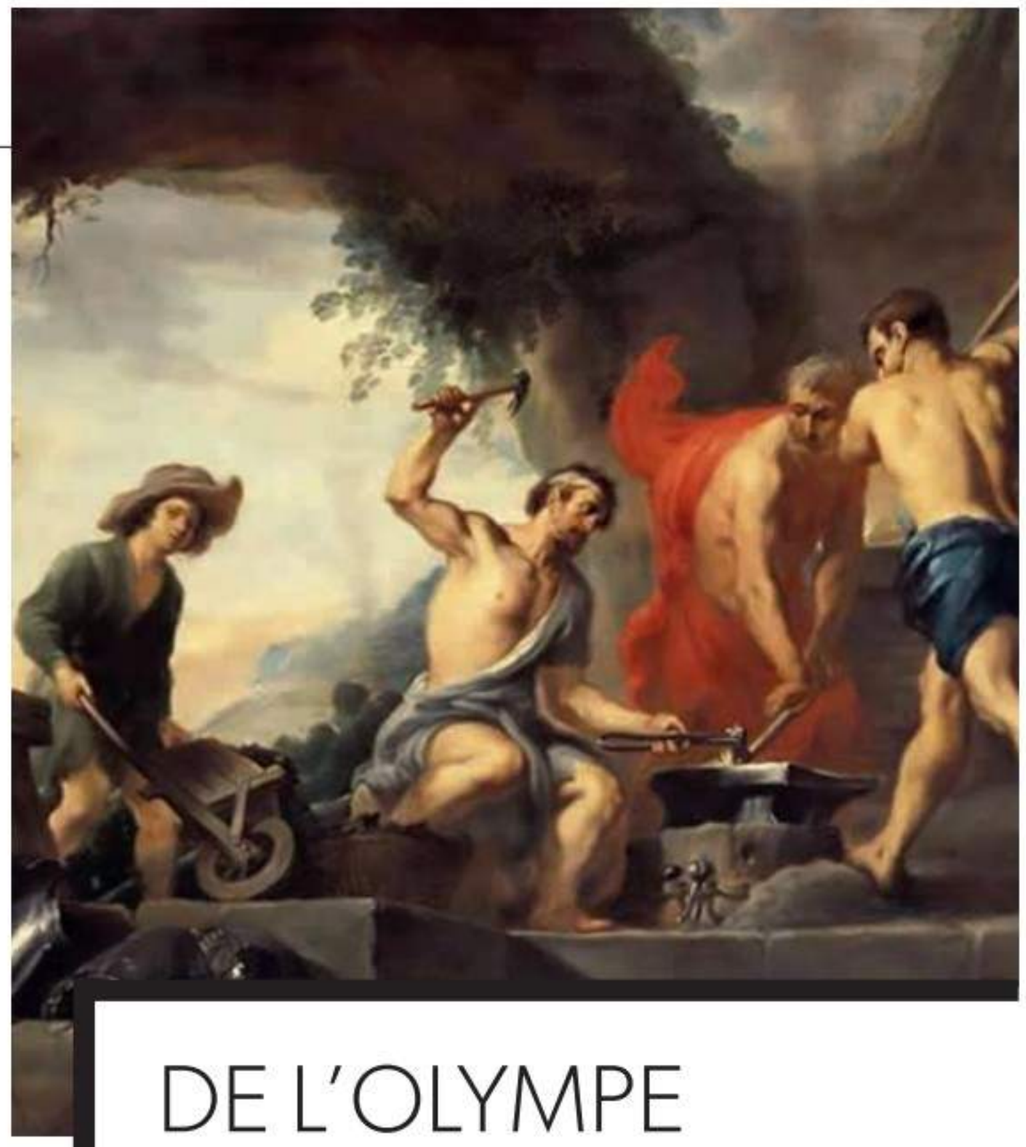
Dans bien des récits, la venue d'un dieu à pied est signe de malheur, de jugement ou de cataclysme. L'idée que le mal peut emprunter les formes du sacré, jusqu'à sa démarche, renforce l'importance du discernement dans l'interprétation des signes.

LES DIEUX ERRENT AUSSI

La marche traduit parfois une ambivalence jusque pour les dieux eux-mêmes. Pour eux, dans bien des récits mythiques, marcher ne signifie pas simplement traverser un territoire, mais changer de monde, d'état, quitte à endurer les plus grands périls, se déstructurer, mourir, renaître. Certains marchent pour descendre aux Enfers, ou pour monter vers le ciel. Ils sont des passeurs entre les plans de réalité. Chez les Sumériens, Inanna (ou Ishtar) plonge aux Enfers pour renverser sa sœur Ereshkigal en franchissant sept portes qu'elle emprunte en marchant, dans un esprit de sacrifice et de renaissance: elle doit abandonner un attribut à chaque seuil. Son voyage est une descente initiatique, dont elle ne revient qu'en ayant été symboliquement détruite, puis recréée. Déméter, dans le mythe grec, marche sous les traits d'une vieille femme pendant neuf jours et neuf nuits à la recherche de sa fille Perséphone, enlevée par Hadès, le dieu des Enfers. Son pas est lent, douloureux, endeuillé, provoque non pas une splendeur de créations naturelles mais l'arrêt des saisons, la suspension des moissons, et l'infertilité tant qu'elle n'aura pas retrouvé sa fille. Orphée, Héraclès, Dionysos (sans parler de Jésus!) effectuent eux aussi une catabase, c'est-à-dire une descente aux Enfers à pied, au risque de ne jamais réapparaître. Par cette étape cruciale de leur initiation, les dieux qui marchent s'exposent ici à la désintégration, mais reviennent porteurs d'un savoir sur la mort. D'autres marchent parce qu'ils fuient, parce qu'ils cherchent, parce qu'ils ont tout perdu. Leur puissance n'est plus qu'un souvenir. Et pas question d'enseigner. Chez les peuples arctiques, certains esprits ou dieux chamanes sont condamnés à marcher seuls dans les étendues glacées, gardant l'équilibre du monde au prix de leur solitude. Parfois, ce n'est plus parmi nous que les dieux marchent.

Ils ne cheminent d'ailleurs pas pour l'éternité. Tôt ou tard, soit parce qu'ils ont trouvé un lieu où demeurer, soit parce qu'ils renoncent à nous accompagner, ils s'arrêtent. Dans l'hindouisme, après une apparition miraculeuse, certains dieux se «fixent» dans un sanctuaire qui devient un point de contact permanent. Le pèlerin n'a plus à patienter sur les routes: les dieux viennent à lui. Dans les religions africaines ou mésoaméricaines, certaines statues de dieux ou d'ancêtres sont portées en procession: elles «marchent», mais à travers les gestes des fidèles. Puis elles retrouvent leur siège, se figent dans un espace rituel, et attendent qu'on vienne à elles. Le sacré se stabilise. Mais dans de nombreuses traditions, les dieux renoncent à marcher quand l'humanité ne les mérite plus. Ce retrait crée un vide, de notre responsabilité seule: et si les dieux ne marchaient plus parce que nous avons cessé de les écouter? Leur présence n'est jamais acquise.

Mais nous aussi, nous savons louvoyer entre deux mondes. Par la marche, si le divin s'humanise, l'humain se divinise. Les grandes religions monothéistes ont leurs marcheurs: Moïse chemine quarante ans dans le désert avant d'atteindre la Terre promise, Mahomet fuit La Mecque pour Médine, marche qui fonde l'hégire, et les ermites chrétiens se retirent dans le désert, puis en sortent lentement, transformés. Ce n'est pas la destination qui sanctifie le parcours, mais la vulnérabilité du déplacement, sa persévérance, sa solitude. Les moines mendiants, qu'ils soient chrétiens ou bouddhistes, incarnent aussi cette figure du marcheur sacré. François d'Assise arpentait les routes pieds nus, prêchant la paix aux hommes comme aux bêtes, vivant dans le dépouillement total, refusant de s'installer pour mieux s'élever.



Cornelis Schut (1597-1655), *Les Forges de Vulcain* (détail), Bayerische Staatsgemäldesammlungen.

De même, dans le bouddhisme zen, les moines du Japon pratiquaient la marche silencieuse (*kinhin*) entre deux séances de méditation assise: chaque pas devenait une prière en mouvement, un souffle incarné, un rappel que l'Éveil n'est pas un éclair mais un chemin. Certains, comme les *yamabushi* des montagnes, allaient jusqu'à traverser forêts et ravins pour affronter les éléments et eux-mêmes, marchant non pour fuir le monde, mais pour s'y relier plus profondément. Refaire aujourd'hui les trajets du Temps du rêve aborigènes (les *songlines*) permet de retracer l'ordre du monde à travers sa géographie sacrée. Les *songlines* aborigènes sont ici emblématiques: en les empruntant, les humains reconnectent leur marche à celle des êtres premiers, assurant la continuité du monde. L'espace devient un texte chanté, dont chaque vers correspond à une étape de la marche divine. Le paysage entier devient livre sacré en mouvement. La marche humaine fait écho à celle des êtres d'essence divine. La question traverse aussi les rites de pèlerinage (*lire p. 52*): en suivant les pas du dieu, peut-on se rapprocher de lui? Dans toutes les cultures, des humains marchent sur les traces du divin: marcher comme les dieux, c'est accepter de ne pas savoir où on va, mais faire confiance au chemin. C'est s'aligner, pas à pas, sur quelque chose de plus grand que soi. La marche spirituelle nous rappelle, par sa lenteur ou son silence, que la vérité ne descend pas toujours du ciel: elle se découvre parfois à pied, sur le parcours. Dans la fiction moderne, tandis que les dieux d'*American Gods* de Neil Gaiman prennent le bus, fatigués d'être oubliés, le mythe du dieu qui marche renaît sous les traits de l'humain errant, souvent demi-dieu malgré lui, initié par l'épreuve. Frodon, chez Tolkien, avance comme un pèlerin minuscule chargé d'un poids cosmique : il trébuche, doute, s'use, mais sauve le monde en marchant, non en combattant. Gandalf, tel un Odin ressuscité, guide et disparaît, meurt et revient, divin sans le dire. Comme eux, Harry Potter traîne entre les mondes, au hasard, incognito, pendant des mois, avant son affrontement final avec Voldemort. Ces marcheurs héritent des anciens récits : ils rappellent que le pouvoir ne réside pas seulement dans le tonnerre, mais dans la marche, lente et vulnérable, vers une vérité à hauteur d'homme.

Alors non, les dieux ne restent pas assis sur leur trône. Ils marchent. Et peut-être nous invitent-ils à les rejoindre. Pas à pas. Sans gloire, mais avec sens. ●

À LIRE

Jean-Loïc Le Quellec et Bernard Sergent, *Dictionnaire critique de mythologie*, CNRS éd., 2017.
Patrick Jean-Baptiste (dir.), *Dictionnaire universel des dieux, déesses et démons*, Seuil, 2016.

JEAN-FRANÇOIS MARMION

DE L'OLYMPE AUX CHAMANS
Divine claudication

Comment concevoir qu'un être divin, censé incarner la plénitude, la maîtrise, la verticalité souveraine, puisse cheminer clopin-clopant? Et pourtant, plusieurs traditions ont produit des figures de dieux asymétriques, déséquilibrés, blessés à la jambe ou à la hanche. Ainsi, dans la mythologie grecque, Héphaïstos, dieu du feu et de la forge, apparaît-il comme le seul dieu boiteux de l'Olympe. Dans certaines versions, il naît difforme, jeté du sommet de l'Olympe par sa mère Héra. Dans d'autres, il est précipité du haut du ciel par Zeus et se brise les jambes en tombant. Il sera mal-aimé, moqué, mais indispensable: sans lui, pas d'armes divines, pas de palais, pas de technologie céleste. Il représente le travail du feu, de la matière, de la transformation, et celle-ci inclut la blessure.

Dans certains récits scandinaves ou germaniques, le chaman ou le dieu sage boite, car il a visité d'autres mondes, et vu plus loin que les autres. Le savoir a un prix: une hanche décalée, une gambette incertaine. Le corps ne suit plus parfaitement la ligne du monde. La claudication, ici, marque la séquelle d'un passage entre les dimensions, non pas un défaut, mais un stigmate du voyageur entre les plans. Ces dieux qui clopinent nous rappellent une vérité plus profonde que la toute-puissance: le sacré peut aussi résider dans la fragilité, le manque, la dissonance. Et le chemin spirituel, parfois, commence au moment où on trébuche. ● **J.-F.M.**

© Domaine public

POLITIQUE
L'HISTOIRE EN MARCHE

Tout au long de l'histoire, des marches ont symbolisé des tournants majeurs, incarnant la quête de justice, de liberté et de changement social. En voici un aperçu.

LES CROISADES (1095-1291)

La conquête de l'Est

Initiées par le pape Urbain II, huit expéditions militaires principales sont menées par les chrétiens d'Occident pour reprendre Jérusalem aux musulmans. C'est une une épreuve logistique, où les croisés doivent progresser sur des terrains difficiles, et trouver des provisions, en général par la force. Autant peut-être que les batailles, le voyage lui-même détermine l'issue des croisades puisque les conditions de marche s'avèrent souvent plus meurtrières que les combats eux-mêmes: famines, maladies, et attaques ponctuelles déciment les troupes.

LES FEMMES SUR VERSAILLES (1789)

Ah ! Ca ira, ça ira, ça ira !

Les 5 et 6 octobre 1789, une foule majoritairement composée de femmes en colère marche sur Versailles pour réclamer du pain. La crise économique, due à une mauvaise récolte et à la flambée des prix du pain, plonge le peuple dans la famine. La colère est attisée par des rumeurs de banquets fastueux organisés par la cour, perçus comme une véritable provocation. Environ 6000 femmes partent de Paris pour Versailles, armées de piques, bâtons et fusils, sous une pluie battante. Elles envahissent l'Assemblée nationale et exigent de voir le roi, qui promet d'envoyer du blé, mais échoue à apaiser leur fureur. Durant la nuit, Marie-Antoinette échappe de justesse à une attaque en fuyant par un passage dérobé. Le lendemain, face à la pression populaire, Louis XVI accepte de quitter Versailles pour s'installer au Palais des Tuileries à Paris, escorté par une foule triomphante scandant: «*Nous ramenons le boulanger, la boulangère et le petit mitron!*» Cet événement symbolise la prise de contrôle du roi par le peuple et marque le début de l'érosion progressive de l'autorité royale. Cette victoire populaire précède l'instauration d'une monarchie constitutionnelle.

LA MARCHE DU SEL (1930)

Gandhi contre l'Empire

Le 12 mars 1930, afin de contester le monopole britannique sur la production et la vente du sel dans l'Inde colonisée, le Mahatma Gandhi quitte l'ashram de Sabarmati, près d'Ahmedabad, accompagné de 78 disciples. Pacifique et médiatisée, cette marche devient l'illustration de la Déclaration de l'indépendance de l'Inde rédigée par Gandhi trois mois plus tôt. Le cortège ne cesse de grossir et parcourra près de 400 km jusqu'au village côtier de Dandi, dans l'État du Gujarat, où, le 6 avril, Gandhi prélève une poignée de sel sur la plage, en guise de défi symbolique. S'ensuit une vague de désobéissance civile à travers l'Inde: des milliers d'Indiens suivent son exemple en récoltant du sel ou en refusant de payer l'impôt sur celui-ci. Malgré une vague d'arrestations, dont celle de Gandhi lui-même, la Marche du sel attire l'attention sur le sort des Indiens et démontre l'efficacité de la non-violence. Une étape cruciale vers l'indépendance, obtenue en 1947.



LA LONGUE MARCHE (1934-1935)

Tous derrière, Mao devant

La Longue Marche est une retraite stratégique menée par l'Armée rouge chinoise sous la direction de Mao Zedong pour échapper aux forces nationalistes de Tchang Kaï-chek. Environ 86 000 soldats quittent le Jiangxi pour un périple de plus de 12 500 kilomètres qui durera près d'un an, traversant des régions hostiles, des montagnes enneigées et des marais mortels. Seuls 8 000 à 9 000 survivants parviennent à Yan'an, dans le Shaanxi, en octobre 1935. Mao Zedong, désormais leader incontesté, renforce son prestige et impose sa stratégie militaire. L'épopée est exploitée par la propagande pour glorifier la victoire des opprimés sur leurs oppresseurs. Ce périple contribue à façonner l'idéologie communiste chinoise.

LA MARCHE DE BATAAN (1942)

Mourir au soleil

Après la reddition des troupes américaines et philippines aux forces japonaises aux Philippines, environ 76 000 soldats sont forcés de marcher plus de 100 kilomètres sous une chaleur accablante, sans nourriture ni eau. On estime que 10 000 d'entre eux meurent en route, victimes de mauvais traitements ou d'exécutions sommaires. Cette marche reste un symbole des atrocités de la guerre.



LA MARCHE DE MARTIN LUTHER KING (1963)

« I have a dream »

La Marche pour l'emploi et la liberté, organisée le 28 août 1963, rassemble environ 250000 personnes devant le Lincoln Memorial à Washington pour dénoncer la ségrégation raciale, la discrimination à l'embauche et les violences subies par les Afro-Américains. Le moment fort est le discours «I Have a Dream» de Martin Luther King Jr., qui appelle à une Amérique où les enfants seront jugés par leur caractère et non par la couleur de leur peau. La marche, malgré les craintes d'incidents, se déroule pacifiquement et attire une couverture médiatique internationale. Comme la marche de Birmingham quelques mois plus tôt, ce rassemblement contribue à l'adoption du Civil Rights Act de 1964 et du Voting Rights Act de 1965, qui mettent fin à la ségrégation légale aux États-Unis.

LA CAMPAGNE DE BIRMINGHAM (1963)

Sécher les cours pour la bonne cause

Le 2 mai 1963, les enfants et adolescents noirs quittent leurs établissements scolaires pour participer à une marche non violente vers le centre-ville de Birmingham, Alabama. Leur mot d'ordre : dénoncer la ségrégation raciale. 600 d'entre eux sont arrêtés. C'était le but de l'organisateur, James Bevel, de la Southern Christian Leadership Conference (SCLC), proche de Martin Luther King, récemment appréhendé pour la 13e fois. L'objectif, très controversé en raison de l'utilisation d'enfants : alerter pacifiquement les médias. Le lendemain, des canons à eau à haute pression et des chiens dispersent les nouveaux manifestants. Les images de ces violences choquent l'opinion publique américaine et internationale. *Newsweek* qualifie l'événement de «*croisade des enfants*».

Ci-contre : © Universal History Archive / Getty, à droite © Express Newspapers / Hulton Archive / Getty

LE SOUTIEN À DE GAULLE (1968)

L'autre Mai 68

Le 29 mai 1968, alors que le pays est paralysé par une grève générale mobilisant près de dix millions de personnes, le pouvoir semble désemparé : le président Charles de Gaulle disparaît brièvement le 29 mai pour se rendre à Baden-Baden, où il rencontre le général Massu. De retour à Paris le lendemain, il annonce par un discours radiodiffusé la dissolution de l'Assemblée nationale et des élections législatives à venir, affirmant son autorité avec fermeté. Le même jour, une manifestation massive de soutien à de Gaulle réunit de 300 000 à 800 000 personnes sur les Champs-Élysées. Cette démonstration renverse le rapport de force politique en prouvant que de Gaulle bénéficie toujours d'un large appui populaire, offrant un contraste frappant avec les rassemblements étudiants et ouvriers perçus comme désordonnés.





LA MARCHE POUR L'ÉCOLE LIBRE (1984)

Un million dans la rue contre la loi Savary

La Marche pour l'école libre, organisée le 24 juin 1984 à Paris, est une manifestation massive contre le projet de loi Savary visant à intégrer l'enseignement privé dans un service public unifié de l'Éducation nationale. Entre 850 000 et 1,5 million de personnes défilent pacifiquement entre la place de la Concorde et le Champ-de-Mars, faisant de cet événement une des plus grandes mobilisations de rue de la Ve République. Face à ce mouvement imposant, François Mitterrand renonce au projet de loi le 14 juillet 1984, et Alain Savary démissionne. Cette victoire pour l'enseignement privé catholique démontre la capacité de mobilisation d'un électorat conservateur encore sous le choc du succès de l'union de la gauche en 1981 et marque un tournant dans la recomposition de la droite française, qui profitera de cette dynamique pour reconquérir le pouvoir en 1986.

LA MARCHE DU MILLION D'HOMMES (1995)

Mais où sont les femmes ?

Organisée par Louis Farrakhan, leader de la Nation of Islam, elle se déroule le 16 octobre 1995 à Washington et rassemble entre 400 000 et 1,1 million d'hommes noirs. Son objectif principal est de promouvoir la responsabilité personnelle, la justice et la réconciliation au sein de la communauté noire américaine. Farrakhan, personnalité controversée, appelle au pardon, à l'unité et au développement économique. La marche reçoit l'appui d'organisations religieuses et civiles, mais est critiquée pour son exclusion des femmes. Cet événement inspire d'autres marches, comme la Million Woman March en 1997 et la Million Family March en 2000. En 2015, Farrakhan orchestre un nouveau rassemblement intitulé Justice or Else ! pour le 20e anniversaire.

En haut : © Keystone-France / Getty, à gauche : © Patrick Aventurier / Gamma-Rapho / Getty

LA MARCHE POUR L'ÉGALITÉ ET CONTRE LE RACISME (1983)

Touche pas à mon pote

En mars 1983, à Vénissieux, un jeune homme d'origine algérienne, Toumi Djaïdja, président de l'association SOS Avenir Minguettes, est blessé par balle lors d'une altercation avec la police. L'été suivant, des émeutes éclatent aux Minguettes. Pour contrer la violence et attirer l'attention sur leurs revendications, Toumi Djaïdja, malgré ses blessures, décide d'organiser une marche pacifique inspirée de celles de Martin Luther King aux États-Unis. Avec le soutien du prêtre Christian Delorme et du pasteur Jean Costil, l'idée prend forme. La marche débute officiellement le 15 octobre à Marseille, réunissant une dizaine de marcheurs. Le 3 décembre 1983, et 1500 kilomètres plus tard, ce sont entre 60000 et 100000 personnes qui rejoignent Paris. François Mitterrand reçoit une délégation de marcheurs à l'Élysée et annonce la mise en place de la carte de séjour de dix ans. Symbolique… Cette marche se trouve également à l'origine de la création de SOS Racisme en 1984.

LES MARCHES POUR LE CLIMAT

Sous les pavés, la Terre

Elles se multiplient depuis la fin des années 2010, surtout depuis le mouvement Fridays for Future lancé par la toute jeune Greta Thunberg en 2018. Le 15 mars 2019, plus d'un million de jeunes manifestent dans plus de 120 pays, marquant un tournant historique. Ces marches, souvent pacifiques et festives, sont dominées par une jeunesse inquiète pour son avenir, qui réclame des actions concrètes contre le changement climatique. Elles empruntent des codes aux mouvements pacifistes, avec une esthétique pop, des slogans ironiques, une absence de leader unique, et une forte mobilisation en ligne. Si ces marches ont réussi à imposer l'urgence climatique dans le discours public, elles sont critiquées pour leur inefficacité, leur caractère souvent limité à une jeunesse urbaine et privilégiée, et leur récupération politique. Certains militants plus radicaux, comme Extinction Rebellion prônent des actions plus directes pour contraindre les gouvernements à agir. Les marches pour le climat sont ainsi devenues un rite collectif pour exprimer une colère et une angoisse partagées. Elles n'ont pas encore changé le monde, mais elles ont modifié le message. Elles représentent un point de départ, non une solution, et leur efficacité future dépendra de leur capacité à se renouveler et à inspirer des démarches concrètes.



© Cristian Mijea / Pacific Press / LightRocket / Getty

LES MARCHES BLANCHES

Douleur et dignité

Les marches blanches sont des rassemblements citoyens, généralement silencieux, organisés pour rendre hommage aux victimes d'actes de violence et pour dénoncer les dysfonctionnements institutionnels. Elles trouvent leur origine dans la Marche blanche de Bruxelles en 1996, après les crimes du pédophile Marc Dutroux en Belgique, qui révèlent de graves lacunes judiciaires et policières. Environ 300000 personnes manifestent pour réclamer justice, transparence et protection des enfants. Le choix de la couleur blanche symbolise l'innocence, la paix et la neutralité politique. Depuis, ce modèle de mobilisation a été repris dans d'autres pays, souvent en réaction à des meurtres d'enfants, attentats terroristes ou violences policières. Bien qu'elles incarnent une forme de deuil collectif et de solidarité, les marches blanches sont aussi critiquées pour leur inefficacité politique et leur récupération par des figures médiatiques ou politiques. Elles traduisent à la fois un besoin sincère de sens et une impuissance collective face à l'horreur, offrant un espace symbolique pour exprimer la douleur et la révolte morale.



JE SUIS CHARLIE (2015)

La France debout

La marche Je suis Charlie du 11 janvier 2015 est une des plus grandes mobilisations populaires de l'histoire de France, organisée en réaction aux attentats islamistes des 7, 8 et 9 janvier 2015 qui ont fait 17 morts. Les attaques visaient notamment la rédaction de *Charlie Hebdo*, où 12 personnes ont été tuées, ainsi qu'un supermarché casher où 4 otages ont trouvé la mort. Face au choc national, une marche républicaine est programmée à Paris, rassemblant environ 1,5 million de participants et 3,7 millions sur l'ensemble du pays. La marche attire aussi environ 50 chefs d'État et de gouvernement, soulignant sa portée internationale, même s'ils défilent symboliquement dans une rue sécurisée à l'écart, non loin du parcours principal, pour raisons de sécurité. Le slogan «Je suis Charlie» devient un symbole mondial de solidarité et de défense de la liberté d'expression. Dans les heures et jours qui suivent, d'autres marches et rassemblements massifs ont lieu dans plus de 40 pays, surtout devant les ambassades de France ou dans des lieux symboliques: 20000 personnes dans le centre-ville de Bruxelles, 18000 devant la porte de Brandebourg, 4000 à Trafalgar Square, 25000 à Montréal... Sans oublier des manifestations au Washington Square Park de New York, ainsi qu'à Tunis ou dans les quartiers francophones de Tel Aviv et Jérusalem.

© Marc Piasecki / Getty

DES PARTIS EN MOUVEMENTS

Et aujourd'hui, on nous fait marcher…

D'un côté : PS, PCF, UDF, UMP, LR, FN, RN, NPA, EELV, NUPES… Des acronymes descriptifs de partis, d'unions, de fronts, annonçant une structure ou une identité. De l'autre : le Modem (alias Mouvement démocratique), La République en Marche, Horizons, Renaissance, Reconquête !, « Forward » (slogan d'Obama en 2012), « Make America Great Again » (slogan de Reagan puis Trump).

L'heure est de plus en plus au « mouvement ». Mais pour aller où ? Parfois, c'est limpide : en avant. Point. (Dans le mur ? Mais non, voyons ! On est là pour faire tomber les barrières !) Parfois, c'est plus trouble. Avec les mots « Again », « Renaissance » ou « Reconquête », espère-t-on un pas en avant ou deux pas en arrière ? S'agit-il, sous couvert de sursaut collectif, de revenir comme au bon vieux temps, ou, nuance, de se désengager d'un cul-de-sac pour retrouver le chemin qu'on n'aurait jamais dû quitter, seule garantie d'un avenir radieux ? « La France Insoumise » aussi suggère de ne pas suivre la voie toute tracée. L'idée d'avancer, de se remettre en route ou de retrouver une trajectoire perdue se dissémine.

Il ne s'agit pas alors de représenter une classe sociale, un corps intermédiaire ou une vision du monde, mais d'impulser une dynamique. Une promesse d'agilité, de plasticité, de rapidité. Le modèle implicite n'est plus le programme, mais la start-up : légère, innovante, disruptive, adaptative. Même les slogans s'éloignent de toute idée d'ancrage. « Yes, We Can » (Obama, 2008), « Ensemble, tout devient possible », « La France en grand », « Désirs d'avenir »… Autant de formules vagues, ouvertes, performatives, d'injonctions plutôt que de visions, bien loin du placide et hiératique François Mitterrand devant sa colline au clocher trapu illustrant en 1981 une « force tranquille » étrangement statique.

Voici quelques décennies, les partis s'inscrivaient dans des temporalités longues. Ils représentaient des intérêts, des idéologies, des classes. Le PCF pouvait se réclamer d'un siècle de luttes ouvrières ; le RPR s'inscrivait dans une lignée gaullienne ; le PS se voulait l'héritier de Jaurès et de Blum.

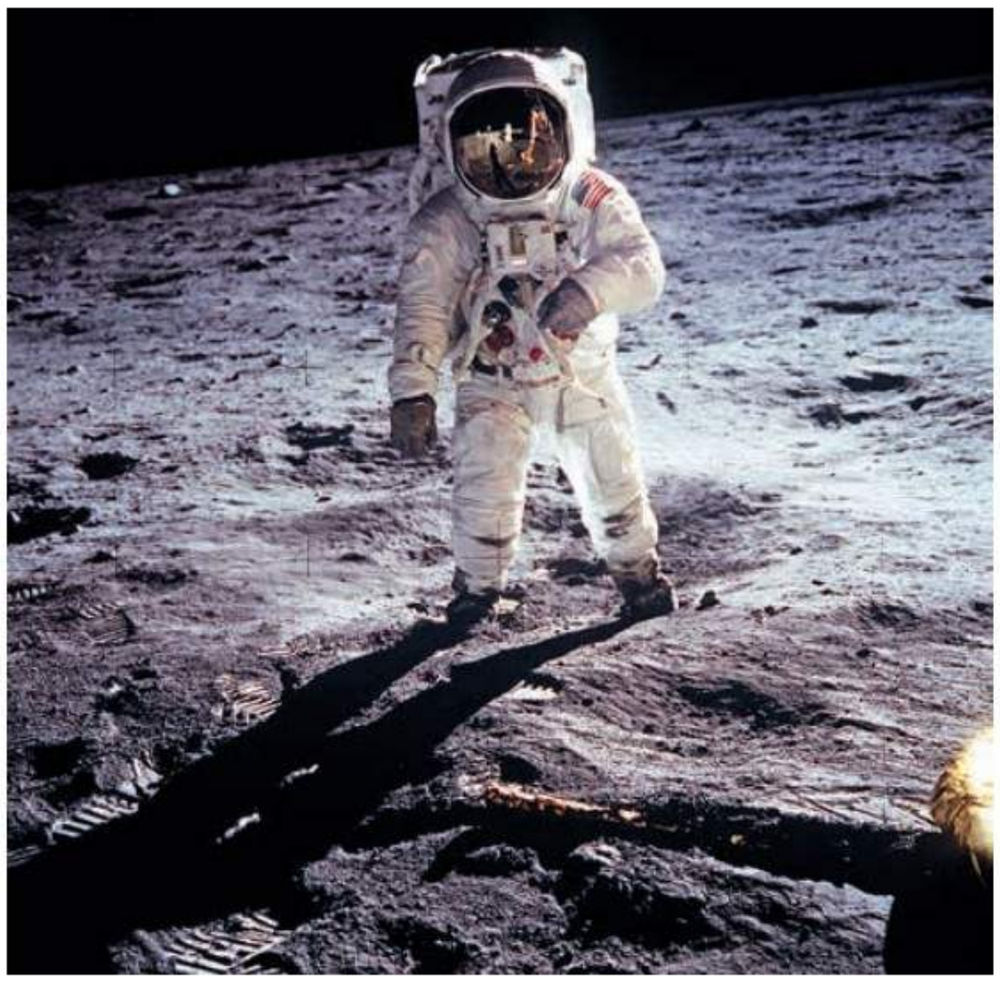
Aujourd'hui, il ne s'agit plus d'hériter, mais de se projeter. D'être « disruptif », « hors système », « ni de droite ni de gauche » (ou un peu des deux, selon la météo). Le 20e siècle politisait le mouvement ; le 21e fait l'inverse. On ne choisit pas une grille de lecture du monde, on choisit de bouger, quitte à préférer l'élan à la direction, et le style à la structure. On avance ensemble, certes, mais sans toujours savoir ce qu'on a laissé derrière. Pour des lendemains qui chantent, heureusement !

JEAN-FRANÇOIS MARMION



ESPACE
Neil Armstrong, la Lune à ses pieds

Notre satellite naturel est l'endroit le plus insolite où un humain a jamais marché. Soixante mètres en deux heures, c'est bien peu, mais la critique est facile…



« *That's one small step for* [a] *man, one giant leap for mankind.* » (« *C'est un petit pas pour* [un] *homme, un bond de géant pour l'humanité* »)
Quoi ? Qu'a-t-il dit ? Les 13 % de Terriens présents devant leur téléviseur en cette nuit du 20 au 21 juillet 1969 se le demandent. Le commentateur de CBS n'a pas compris la seconde partie de la phrase historique prononcée en direct, et, dans la première, Neil Armstrong a mangé le « a », ou on ne l'a pas entendu, ce qui donne un pléonasme en anglais puisque « *man* » tout court est synonyme de « *mankind* ». Ça n'est pas la première anicroche du miraculeux alunissage ni la dernière.
Pour commencer, plusieurs alarmes avaient retenti à bord du module *Eagle* en approche de la Lune. Par erreur. Ensuite, Neil Armstrong et son compagnon Buzz Aldrin, déconcentrés, avaient raté le point de chute. Le sol s'avérant maintenant trop accidenté, Armstrong avait pris les commandes et trouvé un meilleur endroit sept kilomètres plus loin, alors qu'il ne restait plus que vingt secondes de carburant pour la descente. Sueurs froides. Puis il avait fallu quatre heures aux deux hommes pour s'équiper.
Une fois descendu de l'échelle, Armstrong avait attendu dix secondes pour prononcer sa phrase théâtrale. Aldrin le rejoint et marmonne, sans l'avoir prémédité : « *Magnifique désolation !* » Puis il leur faut s'activer : planter du drapeau américain, coup de fil de Richard Nixon, déploiement d'instruments de mesure, prélèvement de roches… Armstrong se charge de la première photo de la Lune prise *in situ*. Y figure, complètement à gauche, un sac-poubelle blanc dont il a pris soin de se débarrasser pour lâcher du lest.
Le croira-t-on en notre ère des influenceurs prompts aux selfies, sur les 122 autres clichés pris sur la Lune à cette occasion, il n'en existerait qu'une montrant nettement Armstrong. De dos ! Armstrong, ce jour-là, n'a pas le temps de s'admirer. Et puis, il est authentiquement modeste. Une autre époque…
À 38 ans, Neil Armstrong devient le marcheur le plus célèbre de l'histoire en ne s'éloignant de son point de départ que de soixante mètres. L'aventure d'*Apollo 11* n'est pas terminée : Buzz Aldrin casse un interrupteur crucial pour rejoindre le module en orbite, mais, en vrai McGyver avant l'heure, il répare avec un stylo à bille. *Eagle* redécolle, le retour sera triomphal. Encore heureux ! Dix autres hommes fouleront la Lune jusqu'en décembre 1972. Ensuite, plus rien.
Ancien pilote d'essai et héros de la guerre de Corée, Armstrong deviendra professeur d'ingénierie aérospatiale, puis mènera une vie d'ermite, ne supportant pas la gloriole. Il ne retournera jamais dans l'espace, si ce n'est dans les étoiles en rendant l'âme, à 82 ans. Sur la Lune, on voit toujours ses traces de pas. Son sac-poubelle aussi. Ambivalence au seuil de l'infini…

JEAN-FRANÇOIS MARMION

© Heritage Space / Heritage Images / Getty

SCIENCES HUMAINES

Faisons connaissance







Choisissez votre abonnement

1 an - Formule intégrale

LES GRANDS DOSSIERS SCIENCES HUMAINES
4 numéros

29 €*

Seulement au lieu de 39,60 €

Papier + digital + archives en ligne

SCIENCES HUMAINES + LES GRANDS DOSSIERS
10 numéros
+ **4** numéros

69 €*

Seulement au lieu de 108,60 €



* Offres réservées aux particuliers et étudiants en France Métropolitaine.

BULLETIN D'ABONNEMENT

COCHEZ LES CASES CORRESPONDANTES

- ☐ **OUI, je m'abonne à l'offre 1 an – 4 Grands Dossiers et je règle aujourd'hui la somme de 29 €**
- ☐ **OUI, je m'abonne à l'offre 1 an – 10 Numéros + 4 Grands Dossiers et je règle aujourd'hui la somme de 69 €**
- ☐ Par chèque (bancaire ou postal) à l'ordre de Sciences Humaines
- ☐ Par virement BP Bourgogne Franche-Comté
  IBAN : FR76 1080 7004 0922 1217 7531 021 - BIC : CCBPFRPPDJN

MES COORDONNÉES

Nom .....
Prénom .....
Adresse .....
.....
Code postal .....
Ville .....
Courriel .....

Bulletin à compléter et à retourner avec votre règlement

Pour la France métropolitaine
Dans une enveloppe NON AFFRANCHIE à
Sciences Humaines
Libre Réponse 60 546
89 019 Auxerre Cedex

Pour les DOM/TOM + étranger
Dans une enveloppe AFFRANCHIE à
Sciences Humaines
BP256
89 004 Auxerre Cedex - France

ABONNEZ-VOUS
EN SCANNANT CE QRcode
OU APPELEZ LE
03 86 72 17 39
CODE PROMO GD79
(paiement par carte bancaire)

En retournant ce formulaire, vous acceptez que Sciences Humaines responsable de traitement, utilise vos données personnelles pour les besoins de votre commande, de la relation Client et d'actions marketing sur ses produits et services. Pour les modalités de traite¬ment de vos données ainsi que de vos droits, consultez notre poli¬tique de confidentialité à l'adresse : https://www.scienceshumaines.com/politique-confidentialite ou écrivez à notre Délégué à la pro¬tection des données à Sciences Humaines BP 256 – 89004 Auxerre Cedex ou par mail serviceclients@scienceshumaines.fr

HISTOIRE
Le peuple des errants

Ils n'ont pas laissé de mémoires, seulement des traces dans les archives des puissants. Invisibles, mais toujours soupçonnés, les vagabonds incarnent une liberté que l'ordre social n'a jamais su tolérer. Voici l'histoirse méconnue de ces «inutiles au monde».

On les a appelés les «sans-visage» et les «muets de l'histoire»: les vagabonds sont une population difficile à saisir et qui nous échappe encore beaucoup. Parce qu'ils n'ont pas raconté leur vie, nous ne possédons d'eux qu'une connaissance indirecte, en général issue des archives des institutions. Le qualificatif «vagabond» apparaît dans l'ancien français en 1382. L'État et la justice le définissent bientôt comme un individu sans métier ni domicile, ayant quitté sa communauté d'origine. Son groupe, aux contours flous, se confond donc en grande partie avec celui des mendiants – les autorités ne les distingueront d'ailleurs plus à partir du 17e siècle. La frontière est également mince avec les travailleurs précaires.

La population vagabonde est par définition flottante, et sa taille exacte ne nous est pas connue. Les mendiants représenteraient 10% des habitants des villes médiévales, et au milieu du 17e siècle, leur nombre s'élèverait à 30000 pour la seule capitale. Entre 1764 et 1777, la maréchaussée arrête plus de 106000 vagabonds et mendiants dans tout le royaume de France. Quant aux années 1880-1890, qui correspondent à l'apogée de la répression, la justice prononce annuellement 30000 condamnations pour vagabondage. Des chiffres à relativiser, puisqu'ils reflètent davantage le niveau d'ostracisme que l'étendue réelle du phénomène du vagabondage.

Les femmes vagabondes sont encore plus difficiles à connaître. Elles se révèlent peu présentes dans les sources judiciaires, car leur errance et leur mendicité ont été moins criminalisées que celles des hommes. De plus, celles qui dévient des normes de la communauté et vivent dans la marginalité se voient bien plus souvent accusées de sorcellerie que de vagabondage, surtout lorsqu'elles sont considérées dangereuses. Quant aux enfants errants, les sources les évoquent peu avant le 19e siècle. La société se préoccupe alors davantage de leur sort, et la figure du gamin des rues s'affirme dans la culture. Vers 1800, sur 200000 petits Parisiens en âge d'aller à l'école, 45000 ne sont pas scolarisés.

Quelles sont les raisons qui jettent un individu sur les routes et le poussent à solliciter la charité ? Plusieurs motifs de vagabondage traversent les âges : la faillite personnelle, la rupture des liens familiaux, l'exil ou la guerre. Les sources rendent compte en effet d'un afflux de migrants pauvres lors des périodes de conflit et de récession : les épidémies de peste de 1347 et de 1720, la crise agricole de 1848, la grande déflation des années 1880-1890...

Dans l'Antiquité, les pauvres constituent la majorité de la population. Un accident de vie risque bien souvent de les faire glisser dans la mendicité et l'errance, à l'instar des vieillards et des «estropiés» qui ont perdu la capacité de travailler. Le monde médiéval est lui aussi marqué par une grande instabilité sociale. De nouveaux vagabonds sont constamment créés par les «malheurs des temps». «*Ce monde "trop plein" dégorge à chacun de ses spasmes son lot de misérables, de déracinés et d'errants, de la campagne vers la ville, de la campagne vers la campagne*», résume l'historien José-Ramón Cubero (1). Il est heureusement possible de sortir du vagabondage et de retrouver son existence sédentaire une fois la crise passée. Sauf si l'errance est la conséquence d'une exclusion prononcée par la communauté d'origine: dès lors qu'il est rejeté, privé de ses biens, et parfois marqué par une mutilation infamante, le banni doit choisir entre l'itinérance solitaire ou la vie criminelle dans une bande de parias.

DE PAR LES ROUTES DU VASTE MONDE

Sur les routes de la Grèce, le vagabond se reconnaît à son bâton de marche et à sa besace. Les Grecs sont un peuple de navigateurs, aussi leur réseau routier est-il globalement médiocre. Le voyageur à pied est confronté à toutes les difficultés: terrain accidenté, obstacles naturels ardus à franchir, absence de ponts... Le risque est grand de s'égarer en confondant la route avec un sentier de berger. Rien à voir avec les fiables voies romaines, organisées dans un réseau dense et bien entretenu. Bourlinguer à l'époque antique est une expérience pénible, surtout à pied. Toute marche longue requiert de solides chaussures, un chapeau pour se protéger du soleil ou un manteau pour s'abriter de la pluie. Mal équipé, le vagabond est en souffrance, et les sources attestent que son état de santé se dégrade souvent rapidement. De plus, le voyageur solitaire se trouve à



Sur les routes de la Grèce, le vagabond se reconnaît à son bâton de marche et à sa besace.

la merci des brigands et peut tomber sur des bêtes sauvages. Pour ajouter à sa peine, les nombreuses tombes qui jalonnent les routes lui rappellent constamment sa propre mortalité (2). Quant aux routes du bas Moyen Âge, elles sont en permanence parcourues par une foule bigarrée: soldats, marchands, pèlerins, prêcheurs itinérants… Surtout, des masses considérables de paysans pauvres et sans toit errent d'une ferme à l'autre pour proposer leur force de travail. Ces vagabonds constituent la variable d'ajustement de l'économie rurale, exclus socialement et pourtant indispensables. Au fil des siècles, des générations d'entre eux «roulent la plaine», jusqu'au 19e siècle où ils sont appelés «chemineaux». Dans le contexte de la première industrialisation, d'innombrables hommes se jettent aussi sur les routes à la recherche d'un emploi de manœuvre ou d'ouvrier.

Les vagabonds sont guidés par plusieurs impératifs: trouver où travailler, où se nourrir, et où se loger. Leur errance est donc jalonnée par les mêmes lieux au travers de l'histoire. Ceux qui déclinent socialement à l'époque antique parcourent d'abord la campagne environnante où ils peuvent espérer l'aide de leurs connaissances. Si leur malchance se prolonge, ils partent pour les bourgs des cités voisines. Pour se restaurer, il est probable qu'ils soient attirés vers les buvettes de mauvaise réputation mais bon marché où s'agglomèrent le petit peuple et les prostituées. Dans les cités romaines existe bien l'évergétisme, par lequel les riches citoyens se montrent ostensiblement généreux, mais les vagabonds sont exclus de cette solidarité civique, au même titre que les étrangers ou les esclaves. En dernier recours, le pauvre errant peut solliciter l'assistance des prêtres dans les temples et espérer y trouver de quoi manger ou se vêtir. Même lorsqu'ils parviennent à se faire embaucher quelque temps, les vagabonds doivent exercer des petits métiers d'appoint. Dans l'Antiquité, ils se postent aux carrefours où ils proposent leurs services, par exemple comme raccommodeurs de savates. À la fin du Moyen Âge, à la façon des colporteurs, ils vendent des objets pratiques, des peaux de lapins braconnés et, plus tard, des livres licencieux. Sans emploi, «demeurant partout» donc sans logis, beaucoup doivent se résoudre à demander l'aumône. Les vagabonds du Moyen Âge peuvent compter sur la charité des moines. Ils savent qu'en allant frapper à la porte d'une abbaye, ils recevront de quoi se restaurer. Les ordres religieux construisent des hôpitaux et hospices en bord de route pour accueillir justement les pauvres errants. Les fermiers voient aussi, fréquemment, des vagabonds leur quémander un peu de nourriture, voire un abri pour la nuit.

Les cités du 19e siècle canalisent ces flots constants de migrants en recherche d'emploi. Ceux qui en ont les moyens vivent dans des «garnis», des logements inconfortables mais tout équipés et réservés aux séjours de courte durée. Les autres se replient sur les taudis, nombreux dans les grandes villes, où ils rejoignent d'autres marginaux: handicapés, bandits, prostituées… Sous le Second Empire, le préfet Haussmann rase les quartiers insalubres de Paris avec l'objectif revendiqué de

© Vshal R.t / Unsplash

chasser «*la tourbe de nomades*», ce qui désigne à ses yeux aussi bien les pauvres errants que les gens du voyage. Sur la seule île de la Cité, ce sont ainsi 10000 habitants qui sont refoulés vers la périphérie. La «zone» devient le point de chute de tous les démunis et focalise tous les fantasmes relatifs à la criminalité.

UNE POPULATION STIGMATISÉE

Le vagabond représente, avec l'étranger, le bouc émissaire par excellence, et fait depuis longtemps l'objet d'une stigmatisation. Déjà les Grecs l'accusaient d'être un *ptôchos*, un paresseux qui a volontairement choisi l'errance. Jusqu'au 20e siècle, les autorités ont l'obsession de mettre au travail ces prétendus réfractaires. Particulièrement dans les sociétés chrétiennes où le labeur s'avère une obligation tant religieuse que morale: ainsi des empereurs byzantins ont-ils rédigé plusieurs lois entre les 4e et 6e siècles permettant d'enrôler les *vagi* (vagabonds) dans l'armée, à les asservir comme esclaves privés, ou à les détenir comme travailleurs forcés pour le compte de l'État. Côté occidental, on observe à la fin du Moyen Âge une hausse des dénonciations de «faux pauvres» qui préféreraient mendier plutôt que travailler.

Le christianisme encourage pourtant la charité envers les plus démunis. En effet, pour les chrétiens, le pauvre est assimilé à Jésus, et mérite donc secours et assistance. L'aumône aux nécessiteux est même présentée comme un moyen d'acheter son salut. Toutefois, la charité chrétienne se rétracte au fil des crises successives. Avec la grande peste qui ravage le continent à partir de 1347, le vagabond devient même suspect. De plus, la société de l'Occident médiéval est un tissu serré de relations interpersonnelles et d'obligations réciproques. Les solidarités et les rapports de proximité y sont valorisés. Or le vagabond est celui qui a rompu les liens avec sa communauté d'origine. C'est précisément ce que l'institution judiciaire leur reproche en premier lieu: ils sont «sans-aveu», c'est-à-dire que personne ne les connaît ni ne peut se porter garant de leur bonne moralité.

Le Code civil de 1810 assimile les errants à des bandits et des criminels.

Pour toutes ces raisons, les discours et les attitudes se durcissent à la fin du Moyen Âge, en attestent ces juges qui les qualifient d'«*inutiles au monde*». En effet, pour l'institution judiciaire, les vagabonds sont des criminels en puissance – ce que les travaux historiques ont plutôt contredit: la grande majorité cherche à s'intégrer, non à perturber. Dans les villes des 15e et 16e siècles, des employés surnommés «chasse-coquins» font des rafles de vagabonds pour les refouler ou les présenter à un juge. Mais c'est surtout la maréchaussée qui est chargée de les traquer où qu'ils soient, surveillant particulièrement les marchés, les tavernes et maisons closes où tous les marginaux et vagabonds passent à un moment ou à un autre jouer de l'argent, trouver de l'alcool et du réconfort.

Du Moyen Âge au 19e siècle inclus, l'obsession sécuritaire conduit les autorités à vouloir recenser les individus et limiter leurs déplacements. Les vagabonds inspirent tout particulièrement une peur du désordre. Rois et seigneurs craignent de les voir venir grossir les rangs des révoltes populaires. Mais aussi, durant les guerres, tous les migrants sont suspectés d'espionner pour l'ennemi. En conséquence, police et justice exercent sur eux une surveillance proche de la persécution. L'instauration en 1795 d'un passeport intérieur doit dissuader tout un chacun de sortir de son département. Puis, sous l'Empire, les errants sont assimilés à des bandits et criminalisés par le Code civil de 1810. Un ouvrier contrôlé sans son

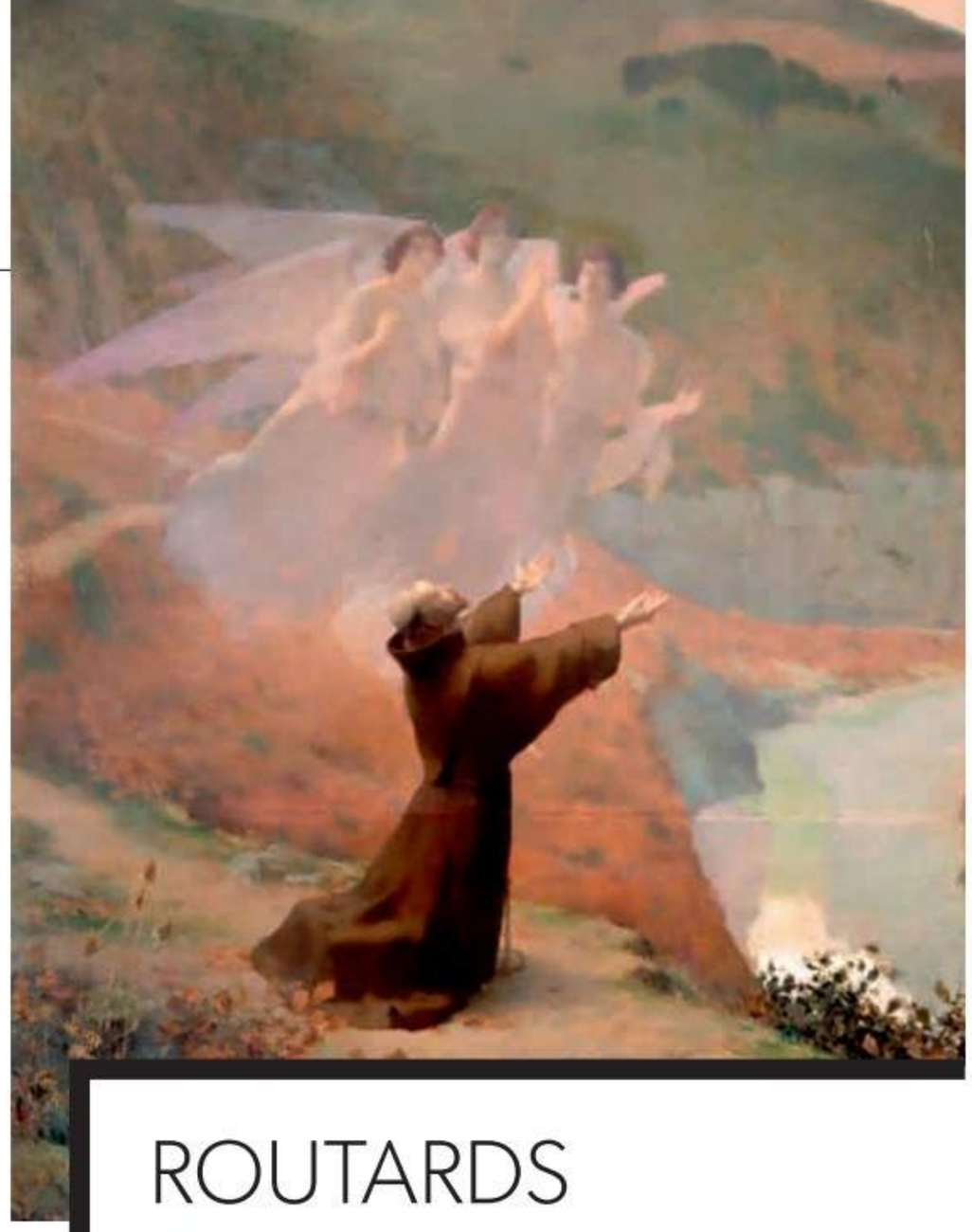
LEXIQUE
Les mots de l'errance

En grec ancien
***Alêtês*:** vagabond
***An-hestios*:** sans foyer
***Ptôchos*:** mendiant
***Planètai*:** l'éternelle errance

En latin
***Vagus*:** vagabond

En ancien français
Bélître, cayman: mendiant
Sans feu ni lieu: sans domicile fixe
Rouleur: travailleur rural vagabond

Au 19e siècle
Demeurant partout, hirondelle : SDF
Chemineux ou chemineaux, rouyiers, traîneux, traînards ou traîniers: travailleurs vagabonds
Gouapeur: aventurier de grand chemin
Zonard: habitant d'un faubourg pauvre (la zone)



Laurent Ernest (1859-1929), *Saint François d'Assise en prière*, musée des beaux-arts de Nantes.

livret (obligatoire depuis 1805) est assimilé à un vagabond et passible de prison.

L'éloignement et l'enfermement représentent deux autres obsessions des pouvoirs publics. Le vagabondage, déjà considéré comme un délit depuis les ordonnances royales de 1350 et 1351, est encore plus sévèrement puni par les autorités à partir du 16e siècle. Les lieux de réclusion se sont appelés successivement «hôpitaux généraux», «dépôts de mendicité» et «maisons de répression». Les vagabonds s'y mêlent aux malades, criminels et prostituées. L'objectif n'est pas de réinsérer les errants mais de les faire disparaître de l'espace public. Au temps des monarques absolus, quelques milliers de récidivistes sont même condamnés à ramer dans les galères ou à être déportés dans les colonies de plantation. Plus tard, la IIIe République assigne elle aussi les récidivistes au bagne. Entre 1885 et 1890, soit la période qui correspond au paroxysme de la peur des vagabonds, ce sont ainsi 10000 errants qui sont déportés en Nouvelle-Calédonie ou en Guyane.

VERS UN SECOURS INSTITUTIONNALISÉ

L'assistance aux indigents a longtemps reposé sur la charité privée, chrétienne le plus souvent. Au début de la Révolution, les députés nourris de la pensée des Lumières tentent pourtant de faire évoluer le regard sur la pauvreté. Ils souhaitent que le démuni bénéficie de droits et que la collectivité lui permette d'assurer sa vie dignement. Las, cette ébauche de politique sociale est de courte durée.

Après un 19e siècle particulièrement punitif, on observe un changement de perspective au lendemain de la Grande Guerre: les pouvoirs publics pensent désormais le problème du vagabondage sous un angle social et non plus seulement comme une question d'ordre public. Les pauvres sont alors de moins en moins réprimés et davantage secourus.

Les représentations collectives évoluent elles aussi. L'image du vagabond est remplacée par celle du clochard, moins dangereux et plus pathétique. Mais en plus, les partisans de l'ordre font du chômeur leur nouveau bouc émissaire, l'accusant, comme le vagabond d'hier, d'être oisif et responsable de son infortune.

Même si leur nombre a chuté au fil du 20e siècle, les vagabonds n'ont pas disparu. Leur permanence dans l'histoire interpelle car elle montre que, malgré leurs transformations, nos structures socioéconomiques ont toujours produit des exclus, hier autant qu'aujourd'hui.

(1) José-Ramón Cubero, *Histoire du vagabondage du Moyen Âge à nos jours*, Imago, 1998.

(2) Jean-Marie André et Marie-Françoise Baslez, *Voyager dans l'Antiquité*, Fayard, 1993.

THIBAULT LE HÉGARAT

ROUTARDS

Quand les moines vaguaient

Aux premiers temps du christianisme, les moines ne vivent pas tous reclus derrière les murs de leurs abbayes. Un autre mode d'existence s'offre à eux, qui consiste non à se couper du monde, mais au contraire à le parcourir. Dans les premiers siècles de l'ère chrétienne se rencontrent en effet des moines itinérants qu'on nomme «gyrovagues». Ce modèle de monachisme errant puiserait son origine en Syrie. On atteste sa présence dans l'est et le sud de la Méditerranée. Pour ces moines, le voyage permanent à travers le monde (la *peregrinatio*) représente un moyen d'appliquer les préceptes du Christ. Vivant de mendicité et pratiquant souvent l'ascèse, ils marchent seuls ou en groupe et logent dans les abbayes qu'ils trouvent sur leur chemin. Mais ce vagabondage déplaît aux empereurs byzantins et carolingiens, qui les chassent des villes.

À mesure que l'Église chrétienne se structure et se hiérarchise, les gyrovagues sont de plus en plus perçus comme des déviants impossibles à contrôler. Plusieurs conciles s'emploient à faire cesser leur errance: ils sont finalement interdits par celui de Paris, en 1213. C'est pourtant à la même époque que saint François d'Assise fonde l'ordre monastique des franciscains. Or, selon la règle de cet ordre, ses membres doivent voyager (uniquement à pied) pour aller à la rencontre du monde et diffuser la parole du Christ. On voit ainsi que l'Église n'est pas opposée aux moines voyageurs, du moment qu'ils sont insérés dans un ordre... et obéissants. Ce qui déplaisait chez les gyrovagues, c'était leur totale indépendance! **T.L.H.**

© Musée des beaux-arts de Nantes / Cliché Cécile Clos





© Bogdan Kurylo / iStock / Getty Images Plus

MARCHER POUR SE CHERCHER

Même les bébés le savent : pour apprendre à marcher, il faut tomber. Pour apprendre à vivre, il faut se relever. Et si notre démarche en dit autant sur nous que notre style vestimentaire ou notre historique de recherches, alors chaque pas devient un acte d'introspection.

On marche parfois pour aller quelque part. Mais souvent, on marche parce qu'on ne sait plus trop où on en est. C'est moins une question de destination physique que d'orientation mentale : marcher pour remettre un peu d'ordre dans la tête, respirer entre deux absurdités de la vie, ou simplement pour éviter de jeter son téléphone contre un mur.

Les philosophes et les écrivains ambulants ont compris qu'on pense mieux avec les jambes actives. Et parfois, on ne pense pas du tout, et c'est très bien aussi !

PREMIERS PAS **L'exploration commence !**

Par **Sylvie Chokron**

Un petit pas pour l'enfant, une révolution pour son cerveau. Marcher, c'est bien plus que se déplacer : c'est déclencher une cascade de transformations qui façonnent la pensée, la mémoire, l'attention… et même le regard des parents.

Lorsqu'elle apparaît, le plus souvent entre 12 et 18 mois, la marche ne vient pas simplement modifier les déplacements de l'enfant, elle entraîne une véritable révolution sur le plan psychologique. En effet, il existe dès la naissance une boucle indissociable entre la perception et l'action. La perception influence nos actions et, en retour, le fait d'agir sur le monde transforme notre perception. La marche est donc un exemple de choix pour comprendre comment l'action, en l'occurrence l'acte de se mouvoir, change notre vision du monde et la façon dont nous analysons celui-ci.

AU SERVICE DE LA CURIOSITÉ

Depuis bien longtemps, certains psychologues tels que Margaret Mahler n'hésitent pas à avancer que la locomotion volontaire représente en quelque sorte « la naissance psychologique » de l'enfant, qui peut ainsi se séparer de ses parents (1). Jean Piaget, chercheur de référence en psychologie du développement, a quant à lui proposé que les origines de l'intelligence trouveraient leur source dans la coordination, la programmation et la réalisation de mouvements volontaires, dont ceux impliqués dans le déplacement (2). Enfin James Gibson, autre référence majeure en psychologie, a insisté sur l'importance cruciale de l'action et en particulier de la locomotion comme moyen de percevoir les informations pertinentes du monde (3).

SYLVIE CHOKRON est neuropsychologue et directrice de recherche au CNRS. Elle est la fondatrice et directrice scientifique de l'association Les yeux dans la tête. Elle est également autrice d'ouvrages de vulgarisation, dont les récents, *Dans le cerveau de…* et *Plongez dans votre cerveau* (Presses de la Cité, 2024 et 2025).

Compte tenu de l'ancienneté de ces théories, on serait tenté de penser qu'on connaît tout sur ce sujet depuis des décennies. Pourtant, il n'en est rien ! Ce n'est que très récemment que les conséquences cognitives et psychologiques de la marche ont fait l'objet d'études empiriques systématisées.

L'apparition de la marche s'avère un évènement véritablement pivot dans la vie du petit humain.

Grâce à une approche rigoureuse, on peut aujourd'hui affirmer que l'apparition de la marche s'avère un évènement véritablement pivot dans la vie du petit humain. Elle vient tout d'abord agrandir le champ de vision et d'exploration de l'enfant, comme l'observent très bien David Anderson et ses collègues de l'université de Californie (4). En effet, la bipédie, qui permet le redressement de l'enfant, lui donne la possibilité de parcourir un champ visuel semblable à celui de l'adulte, ce qui en retour motive l'enfant à sonder de nouveaux objets qui l'intéressent. La marche stimule donc la curiosité, laquelle pousse l'enfant à se déplacer. Loin d'être un vilain défaut, la curiosité est elle-même la clé de voûte de l'apprentissage. L'enfant qui commence à marcher va donc découvrir non seulement le plaisir de coordonner son corps mais aussi celui d'encourager sa perception et son goût pour la nouveauté,



devenant ainsi un véritable explorateur de son milieu. Mais cela ne s'arrête pas là. Si on considère que l'attention se met au service de l'action chez le tout-petit, on peut raisonnablement avancer, comme l'on fait Karen Horobin et Linda Acredolo de l'université de Californie (5), que la locomotion va modifier la façon dont l'enfant dirige son attention dans l'environnement extérieur.

MARCHER POUR APPRENDRE À APPRENDRE

C'est également ce qu'a proposé le bien nommé Richard Walk, de l'université Georges Washington, dès 1981 (6). Cet auteur considère que la marche met davantage en jeu les processus attentionnels que purement moteurs. Elle nécessiterait que l'enfant porte attention sur ses propres gestes, sur l'environnement autour de lui, mais aussi sur l'objet de ses désirs qu'il tente d'aller attraper, ou sur un autre qu'un expérimentateur a caché et qu'il doit retrouver. La marche serait donc la première tâche complexe à stimuler autant l'intérêt de l'enfant.

Mais ce n'est pas tout. La marche boosterait également la mémoire. Certains auteurs n'hésitent pas à proposer qu'apprendre à marcher serait en quelque sorte le meilleur moyen «*d'apprendre à apprendre*». En effet, l'apprentissage de la locomotion est la première acquisition qui bouleverse la vie de l'enfant. Elle nécessite une très grande persévérance, aussi importante, on l'oublie souvent, que celle dont font preuve les champions olympiques! Apprendre à mettre un pied devant l'autre exige une grande endurance, une certaine résilience pour recommencer malgré les chutes, et une profonde motivation: toutes ces aptitudes vont pouvoir ensuite s'exercer dans tous les domaines et en particulier dans l'apprentissage du langage qui éclôt de manière quasi simultanée. Enfin, la marche développe également l'attention conjointe, c'est-à-dire la capacité à prêter attention à la même chose que la personne près de nous. Ce processus s'avère lui-même un puissant moteur de l'interaction sociale puisqu'en regardant dans la même direction, deux individus peuvent partager une réalité similaire et comprendre l'intérêt de l'autre.

Eric Walle (université de Californie) a réalisé une étude longitudinale pour explorer comment l'effet de l'acquisition de la marche agit non seulement sur le développement social du nourrisson, mais aussi sur l'appréciation que les parents ont de celui-ci (7). Ceux-ci étaient interrogés toutes les deux semaines au sujet de leur enfant entre l'âge de 10,5 et 13 mois. Entre 2 et 4 semaines après le début de la marche, les parents relèvent une amélioration nette de l'attention conjointe, mais encore du langage, et rapportent percevoir leur enfant comme un individu à part entière. Car c'est un fait: si la marche développe presque toutes les capacités cognitives de l'enfant, elle pousse de surcroît les parents à reconsidérer leur enfant, qui n'est plus un bébé totalement dépendant, mais une personne autonome susceptible de prendre la décision de se déplacer pour satisfaire sa curiosité. Et les parents le savent, c'est bien une nouvelle étape de la vie de l'enfant (et dans la leur!) qui débute avec les premiers pas... ●

(1) Margaret S. Mahler, Fred Pine et Anne Bergman, *The Psychological Birth of the Human Infant*, Basic Books, 1975.

(2) Jean Piaget, *La Naissance de l'intelligence chez l'enfant*, Delachaux et Niestlé, 1936.

(3) James J. Gibson, *The Senses Considered as Perceptual Systems*, Houghton Mifflin, 1966.

(4) David I. Anderson *et al.*, «The role of locomotion in psychological development», *Frontiers in Psychology*, juillet 2013.

(5) Karen Horobin et Linda Acredolo, «The role of attentiveness, mobility history, and separation of hiding sites on Stage IV search behavior», *Journal of Experimental Child Psychology*, vol. 41, 1986/1.

(6) Richard D. Walk, *Perceptual Development*, Brooks/Cole, 1981.

(7) Eric A. Walle, «Infant social development across the transition from crawling to walking», *Frontiers in Psychology*, vol. 7, 2016.

© SimonSkafar / Getty



PSYCHOLOGIE

Dis-moi comment tu marches, je te dirai comment tu vas

De la posture dynamique de l'extraverti aux pas précautionneux de l'anxieux, notre démarche est révélatrice de notre personnalité et de notre état mental. Mais peut-on changer en changeant de démarche?

Il y a les échalas dégingandés à la John Cleese se rendant à son *Ministry of Silly Walks* (ministère des Démarches ridicules) dans le sketch des Monty Python. Il y a encore les *smombies*, ces zombies du smartphone qui avancent tête baissée, absorbés par leur écran. Et les sautillants, les traînants, les conquérants qui martèlent du talon, les paons et coqs qui roulent des épaules, les timides et leurs entrechats... Du *moonwalk* de Michael Jackson aux pieds en canard de Charlie Chaplin, la démarche ne se limite pas à un déplacement: elle dévoile le degré d'excentricité, et parfois aussi d'intériorité, d'un individu avant même qu'il ouvre la bouche.

JE MARCHE, DONC JE SUIS

La façon de marcher d'autrui inspire une première impression qui, selon notre humeur et nos biais, peut nous mener à toutes sortes d'interprétations. Ainsi, suivant le contexte, un quidam marchant d'un bon pas semblera nous dire: «*Voyez comme je suis énergique*»; ou: «*Je croule sous les obligations professionnelles*»; ou encore: «*Où sont les toilettes?*»

© Rennie Solis

C'est très subjectif! Mais la démarche peut-elle constituer un indice plus objectif?
En réalité, il est difficile d'analyser la démarche de quiconque sans être soumis à différents biais. Liés au genre, par exemple, selon des chercheurs japonais: pour juger de l'attractivité d'une démarche féminine, les hommes observent de préférence la partie supérieure du corps, tandis que les femmes prennent un peu plus de temps et regardent, tout de même, surtout la moitié inférieure (1)! Pourquoi? Peut-être en vertu d'obscurs réflexes rattachés à l'évaluation d'une partenaire (ou d'une rivale) sexuelle potentielle. Ces réserves étant posées, la démarche reflète-t-elle non pas seulement ce qu'on attend d'un homme ou d'une femme en mouvement, mais la personnalité même de quelqu'un? Des chercheurs de Taïwan ont bardé de capteurs de malheureux sujets pour analyser leur démarche suivant les variations de leur charge mentale (2). Résultat, plus on les oblige à compter, retenir des listes de mots et autres joyeusetés en marchant, moins ils se concentrent sur leur allure et plus ils perdent l'équilibre, ce qu'on appelle un effet de charge cognitive. Surtout s'ils sont anxieux ou négatifs (avec un haut degré de névrosisme, dans le jargon psy). S'ils sont extravertis, en revanche, ils s'en sortent mieux pour répartir leur attention, et leur démarche reste plus assurée.
Tiens donc... les risques de chute augmenteraient-ils chez les personnes âgées non pas seulement parce que leurs forces s'amenuisent, mais parce que leur charge mentale, avec des ruminations et idées noires, parasite leur équilibre? C'est tout à fait possible! Car chez elles, la vitesse de marche constituerait un indice de la santé générale... Et des spectres de démence future. Plusieurs études montrent que le rythme de marche diminue bel et bien à mesure que le déclin cognitif croît, et surtout la mémoire. La marche repose sur des processus complexes mobilisant le cortex moteur, le cervelet, mais aussi les régions préfrontales impliquées dans les fonctions exécutives, lesquelles recouvrent le contrôle du comportement, la concentration et le rappel des souvenirs, entre autres. Lorsqu'une altération cognitive survient, elle peut donc affecter ces régions cérébrales, entraînant un ralentissement de la marche.

JE SUIS, DONC JE MARCHE

Même chez des sujets plus jeunes, la démarche paraît faire écho à la santé mentale. Par exemple, une méta-analyse confirme les liens entre anxiété et propension au déséquilibre, mais signale les pas lents et rapprochés souvent observés dans la schizophrénie, et la lenteur encore, et le dos voûté surtout, propres à la dépression (3). Le diagnostic précoce de cette dernière pourrait même être facilité par l'étude de la démarche par caméra (4).
Si l'état de santé, non seulement physiologique mais mental, se reflète peu ou prou dans la démarche, peut-on moduler celle-ci pour améliorer, au moins partiellement, les symptômes de la sphère psychologique? Eh bien, oui! Une recherche fameuse (5) a par exemple montré que marcher comme un dépressif, même quand on ne l'est pas, semble favoriser la mémorisation spontanée de termes à connotation négative. Tandis que se forcer à marcher d'un bon pas permettrait de retenir, sans même y faire attention, les mots positifs. Par ailleurs, marcher longuement à l'extérieur tout en se tenant bien droit aiderait à limiter les symptômes de stress, de somnolence et de douleur (6). En d'autres termes, on se sent mieux en s'obligeant à adopter la démarche de quelqu'un qui se sent bien.

Même chez des sujets plus jeunes, la démarche paraît faire écho à la santé mentale.

Notre démarche en dit long sur notre personnalité, notre état d'esprit, notre état émotionnel, mais aussi notre détermination à aller bien, ou mieux. C'est à la fois une empreinte unique et un miroir de notre état mental. Reste à savoir jusqu'à quel point nous pouvons modifier notre état d'esprit en changeant d'allure. Il est bien sûr hors de question de se contenter d'acheter de bonnes chaussures pour se protéger de tous les malheurs du monde. Mais visiblement, marcher d'un bon pas ne peut jamais faire de mal! La méthode Coué, mais par les pieds... ●

(1) Hiroko Tanabe et Kota Yamamoto, «Gender differences in attentional processes and attractiveness evaluation models during gait observation», *Frontiers in Psychology*, vol. 16, 2025.
(2) Shao-Jen Chen et Yun-Ju Lee, «Classification of gait variation under mental workload in big five personalities», *Gait & Posture*, vol. 113, septembre 2024.
(3) Ron Feldman *et al.*, «Gait, balance and posture in major mental illnesses. Depression, anxiety and schizophrenia», *Austin Medical Sciences*, vol. 5, 2020/1.
(4) Yameng Wang *et al.*, « Detecting depression through gait data. Examining the contribution of gait features in recognizing depression», *Frontiers in Psychiatry*, vol. 12, 2021.
(5) Johannes Michalak, Katharina Rohde et Nikolaus F. Troje, «How we walk affects what we remember: gait modifications through biofeedback change negative affective memory bias», *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, vol. 46, mars 2015.
(6) Jessie Hackford, Anna Mackey et Elizabeth Broadbent, «The effects of walking posture on affective and physiological states during stress», *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, vol. 62, mars 2019.

JEAN-FRANÇOIS MARMION

«Penser, c'est se déséquilibrer»

ENTRETIEN AVEC **Roger-Pol Droit**

Des péripatéticiens à Nietzsche, de Montaigne à Kant, la marche n'a jamais cessé de dialoguer avec la pensée. Roger-Pol Droit nous invite à redécouvrir ce tandem oublié: corps en mouvement, esprit en éveil.

Nos esprits modernes associent les philosophes à des penseurs assis pour composer leurs livres ou leurs articles. Or, dans l'Antiquité, beaucoup ne se souciaient pas d'écrire. La marche, avec sa liberté de mouvement, nous renvoie-t-elle alors aux origines de la philosophie?

On observe en effet une pratique culturelle de la marche (pensante, si j'ose dire) dans l'Antiquité, qui ensuite a en partie disparu. À côté des réunions assises, des banquets comme chez Platon, des amphithéâtres pour les cours et les universités antiques, il y a aussi cette tendance tout à fait normale, enracinée dans les mœurs, dans le quotidien, de marcher en pensant ou de penser en marchant. À l'époque, non seulement il est ordinaire de voir un philosophe marcher, mais c'est même son mode de présence au monde. Il n'existe pas alors, à ma connaissance, de discours expliquant qu'on pense mieux en marchant, mais c'est une habitude. Ce lien n'est pas nécessaire, il est culturel, et très profondément ancré dans la pratique philosophique antique.

Socrate se promène sur l'Agora, interpelle les gens. Platon décrit Protagoras, un sophiste (c'est-à-dire un professeur de rhétorique, d'éloquence), allant et venant avec ses disciples, parvenant au bout de leur trajet puis retournant dans l'autre sens. L'idée de penser en marchant, à plusieurs, en conversant, est une pratique quotidienne, bien arrimée dans les mœurs. Chez Platon toujours, son dernier texte, *Les Lois*, met en scène trois vieillards, en Crète, qui déambulent toute une journée, malgré leur âge avancé, tout en parlant de la cité idéale, de la constitution, des lois…

Dans l'école d'Aristote, les péripatéticiens sont au sens propre «les promeneurs» (du grec «*peripatêïn*», «se promener»), parce qu'ils ont, davantage que d'autres, et Aristote en particulier, l'habitude de déambuler dans le gymnase: avant de s'exercer à la lutte ou à d'autres entraînements, ils réfléchissent en petits groupes tout en marchant. Eh oui, les philosophes antiques sont aussi des sportifs, on l'oublie trop! Non seulement ils entretiennent leur corps, mais leur philosophie vise à changer la vie quotidienne, à suivre des finalités pratiques, concrètes. La spéculation existe, mais elle est subordonnée à l'idée de transformation de l'existence.

Le grand objectif de la philosophie antique, comme Pierre Hadot l'a magnifiquement montré, c'est la sagesse, la vie selon l'ordre du monde ou la nature. Vivre sous le contrôle de la raison, et non plus dominé par les impulsions, les désirs ou les passions. On pourrait même dire qu'il s'agit de maîtriser la marche de ses actions, la marche de ses pensées, la marche de ses décisions. Cet exercice du corps n'est pas seulement sportif, il se révèle aussi une discipline mentale, une manière d'avancer de façon mesurée, raisonnable. La marche devient alors un exercice autant spirituel que physique.

Plus près de nous, Montaigne aussi était un marcheur. Puis Rousseau, Nietzsche…

Absolument. Montaigne le dit: il a besoin de marcher pour penser. Il dicte en marchant dans sa librairie, mais il est aussi cavalier, voyageur. Il a beau vivre dans son château, il bouge, il se promène dans la campagne. Ce n'est pas un sédentaire. Et ce qui est très frappant chez lui, c'est la notion de mouvement permanent. Il parle du monde comme d'une «*branloire pérenne*», un balancement perpétuel. Tout change: les choses, les humeurs, les idées, le corps… Une phrase le résume bien dans *Apologie de*

Roger-Pol Droit est philosophe, écrivain et journaliste.
Chercheur au CNRS (centre Jean-Pépin, histoire des doctrines de l'Antiquité), il a enseigné à Sciences Po et appartenu au Conseil consultatif national d'éthique. Il a notamment publié *Comment marchent les philosophes* (Paulsen, 2016) et *Je marche donc je pense* (avec Yves Agid, Albin Michel, 2022).



Raymond Sebond: «*Il n'est aucune constante existence ni des objets ni de notre être.*» C'est une pensée du changement, du passage, de la variation. Une marche de l'existence. Il n'y a aucun lien historique entre Montaigne et le bouddhisme, bien sûr, mais une proximité de vision du monde. Une ontologie du changement, une sagesse du flux. Une philosophie qui marche, au sens le plus plein du terme.

Jean-Jacques Rousseau, lui, écrit: «*La marche a quelque chose qui anime et avive mes idées, je ne peux presque penser quand je reste en place.*» Et il ajoute: «*Il faut que mon corps soit en branle pour y mettre mon esprit.*» Friedrich Nietzsche dit quasiment la même chose: pour lui, il ne faut prêter foi à aucune idée où les muscles ne sont eux aussi de la fête.

En quoi la marche aide-t-elle à mieux philosopher?

On pourrait croire qu'il y a d'un côté les philosophes de bureau, les «*culs de plomb*», comme dit Nietzsche, à la Hegel, toujours représenté assis ou debout derrière sa chaire, et, de l'autre côté, les marcheurs, Nietzsche justement, Montaigne, Rousseau et bien d'autres, qui prétendent ne réfléchir qu'en marchant. Mais si on se limite à cela, on ne fait que décrire des préférences individuelles. Ce qui me frappe, c'est que même chez les philosophes qui ne marchent pas, on repère une pensée du mouvement, de la progression. Prenez Georg Hegel: dans ses carnets de jeunesse, alors qu'il se trouve dans les Alpes bernoises, il écrit simplement «*c'est ainsi*», là où Nietzsche s'émerveille. Et pourtant, Hegel est le penseur de la marche de l'esprit, de la marche de l'histoire! Il en va de même pour René Descartes: ce n'est pas du tout un marcheur, mais il emploie sans cesse des métaphores de la marche, de l'avancée, du cheminement. Le mot «méthode» vient d'ailleurs de *hodos*, le chemin. Je me dis que ce n'est peut-être pas une simple analogie.

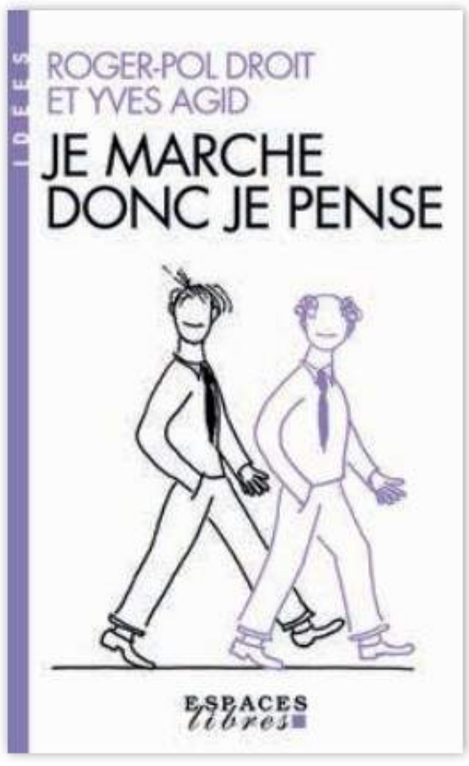
« Dans l'Antiquité, la marche est un exercice autant spirituel que physique. »

© Astrid di Crollalanza / Albin Michel

Car après tout, comment fonctionne la marche humaine? Elle est très particulière, très peu économique. Marcher à quatre pattes, comme les quadrupèdes, c'est stable, efficace. Mais la marche bipède humaine, qui nous distingue radicalement de toutes les autres espèces terrestres, s'avère instable, difficile. C'est une suite de petites chutes amorcées, qu'on rattrape sans cesse. Une fois qu'on a repris l'équilibre, il faut se déséquilibrer à nouveau pour avancer. On lève un pied, on est déstabilisé, on avance, on pose le pied pour ne pas tomber... Et on recommence, en une sorte de déséquilibre perpétuellement entretenu.

D'où mon idée: la pensée, en particulier la pensée philosophique, fonctionne de la même manière. Penser, c'est se déséquilibrer, sortir de sa stabilité, courir le risque de tomber, puis trouver un point d'appui, une hypothèse provisoire... jusqu'à la suivante. C'est exactement comme la marche: déséquilibre, équilibre, nouveau déséquilibre. Le langage lui-même fonctionne ainsi: par rebonds, ruptures, enchaînements. Une phrase commence, bifurque, s'équilibre, s'interrompt, reprend... Il y a bien sûr des métaphores culturelles. En français, on dit qu'un moteur «marche», qu'un livre «marche», que ça «fonctionne». En anglais, on dit «*it works*». C'est différent. Chez nous, la marche se montre très présente dans la parole. Mais au-delà du symbolique, j'ai la conviction qu'il existe un lien plus fort. J'estime que cette analogie est plus qu'une image et que se révèle un ancrage profond, peut-être même neuronal. Après tout, apprendre à marcher, c'est ce qui marque notre entrée dans l'humanité, simultanément à l'apprentissage de la parole et de la pensée. Cet apprentissage de la marche bipède pourrait être un modèle structurant pour toute une série de fonctions cognitives.

« Pour Montaigne, le monde est une "branloire pérenne". »



Dans un premier livre, *Comment marchent les philosophes* (2016), j'ai élaboré cette hypothèse que j'ai testée dans un second, *Je marche donc je pense* (2022), avec Yves Agid, mon ami neurologue, en une série de marches dialoguées où on explore ces correspondances. Nous en sommes venus à concevoir que la marche n'est pas seulement une illustration symbolique de la pensée ou de l'espèce humaine: elle en est peut-être, en effet, la structure même.

Une structure commune aux marcheurs et aux culs de plomb, mais qui s'exprime différemment suivant les personnalités?

Voilà. Prenez Emmanuel Kant, par exemple. Il effectue sa promenade tous les jours à heure fixe. Les habitants de Königsberg règlent leur montre sur lui! On dit qu'il ne fut en retard qu'un seul jour, alors qu'il venait d'apprendre la prise de la Bastille, ce qui l'avait totalement estomaqué. Mais cette marche est très calibrée, très méthodique. Kant ne marche pas «pour s'amuser», si j'ose dire, mais pour sa santé, selon des normes hygiénistes très strictes, et même obsessionnelles. Il ne parle pas en marchant, car cela modifie le rythme de la respiration qui doit s'effectuer par le nez. Sa promenade traverse différents quartiers de la ville, populaires, bourgeois, manufacturiers. C'est peut-être un résumé, une minireprésentation des différentes strates sociales de son époque.

Nietzsche, à l'inverse, marche dans les montagnes, longtemps, dans des paysages immenses. Pour lui, la marche est une condition d'apparition de la réflexion. Mais il ne pense pas à plat, c'est un penseur qui monte! Le dénivelé s'avère essentiel. Il le dit, d'ailleurs: on ne voit pas la même chose depuis la vallée que depuis le sommet. Et cela se traduit dans son style. Nietzsche peut ainsi dire le plus grand mal du christianisme, puis en dresser l'éloge. Ce n'est pas une contradiction, c'est un changement de point de vue, une question de perspective. Je pense que cette idée de multiplicité des positions est directement liée à sa pratique physique de la marche en montagne. Il s'agit d'une correspondance profonde entre l'expérience corporelle du paysage et l'attitude philosophique.

Les promeneurs modernes dont vous parlez sont solitaires, contrairement aux péripatéticiens, qui marchaient à plusieurs. Est-ce que cheminer en groupe change la façon de penser?

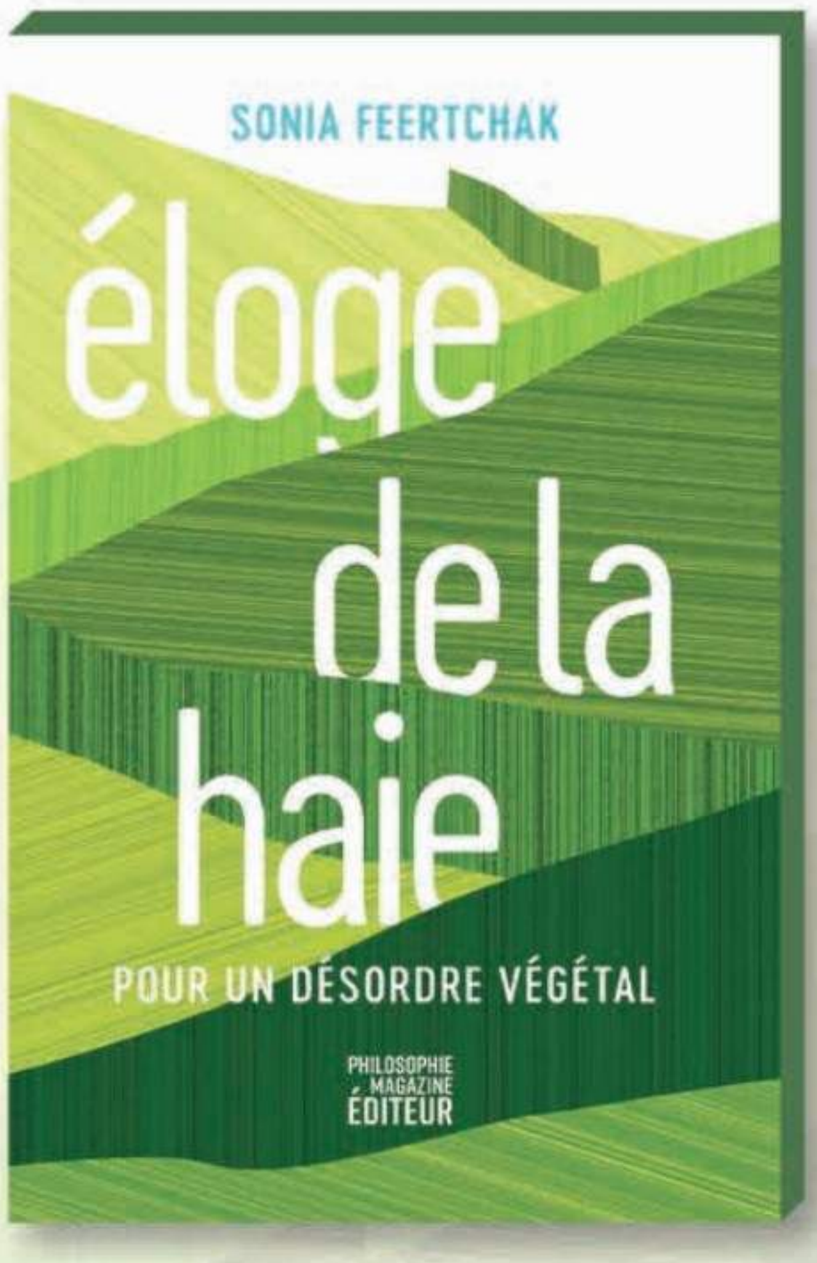
Très probablement. Mais la question est: parce qu'on marche à plusieurs, ou parce qu'on pense à plusieurs? Ce qui est certain, c'est qu'il n'y a de pensée que dans la confrontation. On ne pense jamais seul, vraiment: on pense contre, avec, face à d'autres pensées. L'illustration la plus simple, c'est le dialogue. Celui-ci met en scène une pluralité de voix, de perspectives. Il faut d'ailleurs faire attention au mot «dialogue». On imagine souvent qu'il concerne deux personnes qui parlent, parce que monologue, c'est «un seul», donc dialogue, ce serait «deux». Mais ce n'est pas ça. *Duo*, en grec, c'est «deux».

Dia, c'est «à travers». Le «dia-logue», c'est ce qui traverse le logos, c'est-à-dire la parole, le raisonnement, l'argument. On peut ainsi parfaitement dialoguer tout seul. C'est ce que transmet Platon: la pensée, c'est le dialogue intérieur de l'âme avec elle-même. On peut mettre le mot «âme» de côté si on veut, mais l'idée reste valable! Même seul, on pense en se confrontant à des objections, à des alternatives. Il y a une tension interne. Et ça, c'est du dialogue. On revient à la marche comme déséquilibre rattrapé. Penser, c'est accepter de se déplacer, de perdre l'équilibre, de le retrouver ailleurs. Dans une dynamique de mouvement et de doute.

Aujourd'hui, hormis ceux qui se dirigent d'un plateau de télé à l'autre, existe-t-il encore des philosophes marcheurs? La marche a-t-elle encore une place dans la pensée contemporaine?

On dénombre quelques figures, oui. Frédéric Gros, par exemple, a écrit un très beau livre sur la marche et la philosophie. Mais la question est: que veut dire, aujourd'hui, marcher en philosophe? Pour moi, ce n'est pas forcément méditer en marchant, mais marcher avec conscience. Être conscient que ce petit geste physique de poser un pied devant l'autre nous inscrit dans une histoire longue, celle de notre espèce.
Et je suis convaincu qu'il y a quantité de lieux et de paysages qu'on ne découvre bien qu'à pied, une ville par exemple. Tous les vieux centres urbains, tous les cœurs historiques ne se laissent vraiment sentir qu'en marchant. C'est l'idée du piéton de Paris, de la trouvaille au détour d'une rue, d'un bois... Ce qu'on appelle la sérendipité. Le hasard qui vous fait tomber sur quelque chose que vous ne cherchiez pas.
Marcher nous permet aussi de dévoiler la force de la faiblesse. Un pas, ce n'est rien. Et pourtant, si vous marchez quelques heures et que vous regardez derrière vous, le paysage a changé. Vous êtes allé loin. Lentement, avec humilité, mais sûrement. La technique nous transporte, en avion, en voiture, en train, sans que notre corps ait en fait mesuré l'espace parcouru. Alors que la marche, elle, engage le corps, l'espace, le temps. Elle se révèle une expérience incarnée. Pas juste pour réfléchir mieux, mais pour observer, s'imprégner du réel, sentir que cette marche individuelle s'inscrit dans une autre, plus générale: celle de notre humanité, de la pensée.

PROPOS RECUEILLIS PAR JEAN-FRANÇOIS MARMION



« J'ai adoré, ça prend les haies dans tous les sens, ça les déplie et ça nous nourrit. »
Silence, ça pousse !

« L'essayiste Sonia Feertchak réussit à nous emmener loin dans le labyrinthe végétal des haies. Elle en chante les atours avec une conviction contagieuse. »
Le Figaro

« C'est d'une poésie absolument incroyable, très informé et très bien écrit. »
France inter

EN **LIBRAIRIE**

LITTÉRATURE
LA BOUGEOTTE DES ÉCRIVAINS

Nombreux sont les auteurs qui marchaient pour trouver l'inspiration, voire qui dictaient occasionnellement en marchant. Mais certains marchèrent toute leur vie, enchaînant des milliers de kilomètres. Tour d'horizon non exhaustif.

ARTHUR RIMBAUD (1854-1891)

Le clochard céleste

«*Je m'en irai, les mains dans les poches trouées…*» (*Sensation*, 1870). Loin des «*assis*», ces gens installés qu'il méprise, Arthur révèle un tempérament fugueur dès ses 16 ans. Il se fait connaître des cercles littéraires parisiens comme un paysan déboulant de Charleville, crasseux, couvert de poux, sans vêtements de rechange, fugue encore avec Paul Verlaine, en Belgique, en Angleterre, puis part tout seul vagabonder autour du monde pendant cinq années dont on ne sait quasi rien… Enfin, il se fixe presque, tantôt à Aden, tantôt à Harar, se rêve marchand, photographe, ingénieur…, mais repart pour explorer l'Ogadine, vendre des armes, à perte, au négus d'Éthiopie, s'ennuie tel un rat mort quand il ne bouge plus. À Marseille, amputé d'une jambe, il dicte, la veille de son trépas, une lettre en plein délire où il parle de repartir. Sa toute dernière phrase: «*Dites-moi à quelle heure je dois remonter à bord.*» Combien de kilomètres à pied «*l'homme aux semelles de vent*», «*le passant considérable*», aura-t-il parcourus dans sa vie? 10000 au moins. De Jack London à la Beat Generation, de Blaise Cendrars à Sylvain Tesson, tous les écrivains voyageurs ont senti l'ombre du Voyant les suivre à la trace.

ALEXANDRA DAVID-NÉEL (1868-1969)

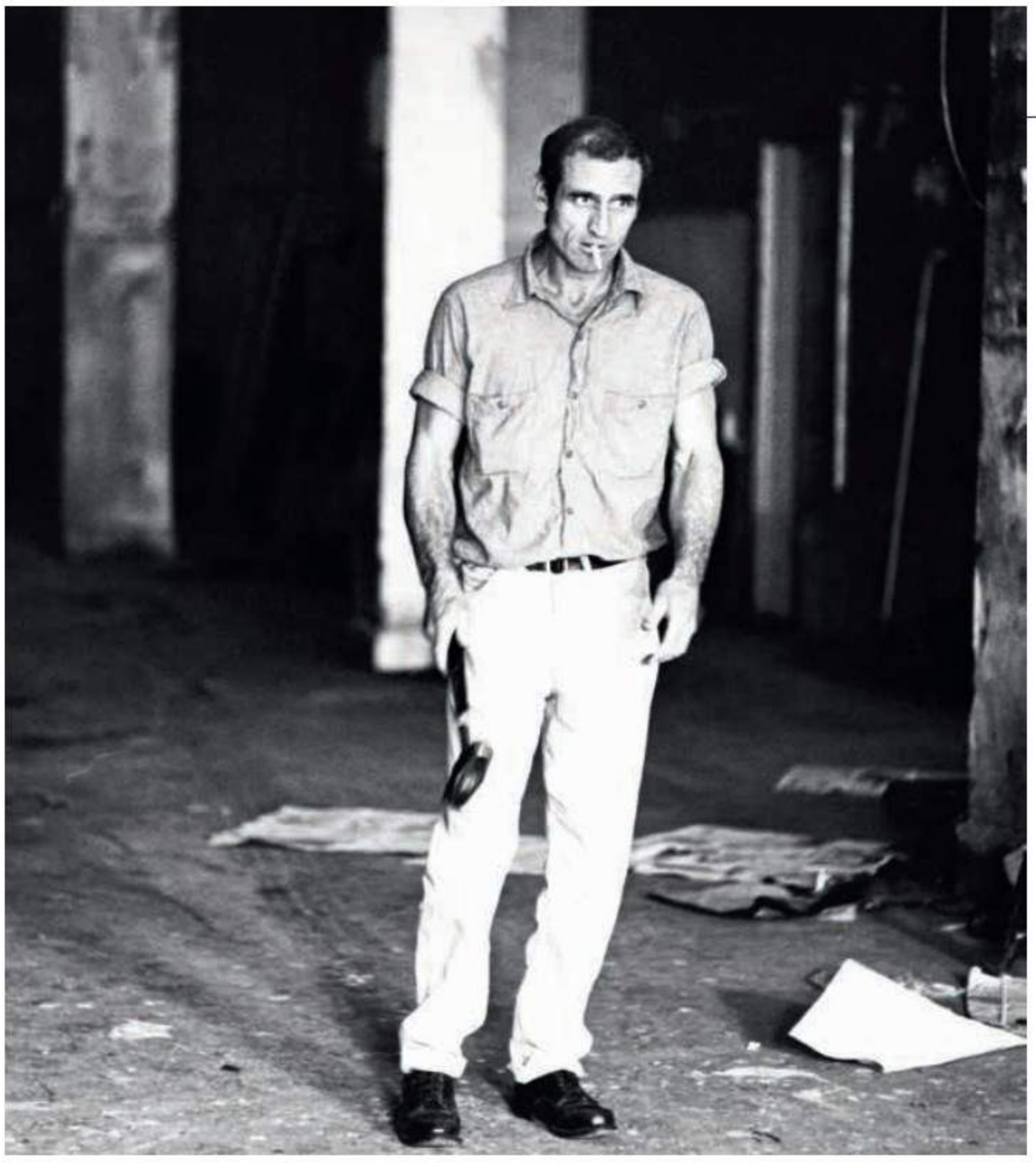
L'exploratrice mystique

Elle marche parfois quinze heures par jour, à des altitudes dépassant 5000 mètres. À plusieurs reprises, elle frôle la mort, de froid, de faim ou d'épuisement. Alexandra David-Néel est une grande marcheuse par passion de l'exploration et par nécessité, traversant à pied des régions reculées de l'Himalaya, du Tibet et de la Chine au début du 20e siècle. Son expédition la plus célèbre reste son périple de 2000 kilomètres jusqu'à Lhassa, déguisée en mendiante tibétaine, en 1924 (*Voyage d'une Parisienne à Lhassa*, 1927). Pour elle, marcher signifie dépasser les frontières corporelles et spirituelles, mais aussi contourner les interdictions coloniales et religieuses qui empêchent l'accès aux lieux sacrés. L'effort physique extrême de la marche nourrit sa quête de connaissance mystique et philosophique, notamment à travers le bouddhisme. Sa rencontre avec le jeune moine Aphur Yongden, qui devient son fils adoptif et son compagnon de voyage, ajoute une dimension humaine à ses exploits. Les deux marchent ensemble pendant des années, unissant leurs forces face aux dangers de la nature.



Vers 1920, Alexandra au Tibet avec Aphur Yongden, son fils adoptif.

© Domaine public



Neal Cassady, le modèle de Dean «Cody» Moriarty, le héros de *Sur la route* de Jack Kerouac.

JACK KEROUAC (1922-1969)

Le nomade intérieur

Évidemment, un auteur qui s'est fait connaître avec *Sur la route* (1957) ne peut qu'illustrer les enjeux poétiques de la marche. Quoique… Certes, on trouve des descriptions de marche dans la nature entre deux phlébites, que ce soit dans *Big Sur* (1962) ou *Anges de la désolation* (1965), et le gravissement d'une montagne dans *Les Clochards célestes* (1958), mais Kerouac est l'écrivain des traversées de l'Amérique en voiture, avant tout, et très peu en auto-stop, mais plutôt dans des virées amicales exaltées, miroirs de sa quête intérieure solitaire oscillant du bouddhisme au catholicisme. Le plus fascinant de ses compagnons de route sur les chemins terrestres ou spirituels est l'imprévisible Neal Cassady, *alias* Dean Moriarty ou Cody, petit voyou, immense poète sans œuvre…, et qui est mort en marchant le long d'une voie ferrée mexicaine. ●

FRIEDRICH NIETZSCHE (1844-1900)

L'obsession de la hauteur

Quand Flaubert écrit qu'on ne peut penser et écrire qu'assis, Nietzsche ne le rate pas: «*Je te tiens là, nihiliste!* (…) *Seules les pensées qui vous viennent en marchant ont de la valeur.*» (*Le Crépuscule des idoles*, 1889.) Souffrant de migraines, de troubles oculaires et d'épuisement nerveux, Nietzsche trouve dans la marche une forme de thérapie physique et mentale. Contraint de quitter son poste de professeur à Bâle à seulement 34 ans, il adopte un mode de vie nomade, marchant souvent seul, notamment à Sils-Maria en Suisse. Cette activité quotidienne (jusqu'à cinq heures de marche par jour) lui permet de lutter contre ses douleurs et de stimuler son esprit. Mais c'est aussi pour Nietzsche une méthode philosophique, qui nourrit son éloge de la vitalité, de la force et de l'affirmation de soi. La marche, en mettant le corps en mouvement, participe à sa critique du nihilisme et de la décadence, qu'il associe à l'immobilisme intellectuel et moral. Ses œuvres majeures sont conçues en marchant, nourrissant sa philosophie du surhomme et de l'éternel retour, pensées comme des forces dynamiques, en perpétuel dépassement de soi. ●

JEAN-JACQUES ROUSSEAU (1712-1778)

Les idées claires dans la rêverie

« *Jamais je n'ai tant pensé, tant existé, tant vécu, tant été moi, si j'ose ainsi dire, que dans* [les voyages] *que j'ai faits seul et à pied. La marche a quelque chose qui anime et avive mes idées : je ne puis presque penser quand je reste en place.* » (*Les Confessions*, 1782) Pour ce grand paranoïaque persuadé que la société pervertit les humains, la marche solitaire est un parfait viatique. Loin des salons parisiens qu'il méprise, il préfère les chemins de Genève, les montagnes du Jura ou l'île Saint-Pierre, où il se sent en harmonie avec la nature. Dans *Les Rêveries du promeneur solitaire* (1782), il décrit la marche comme un état de paix intérieure et de méditation pure, à l'écart de des artifices sociaux. « *Ces heures de solitude et de méditation sont les seules de la journée, où je sois pleinement moi, et à moi sans diversion, sans obstacle, et où je puisse véritablement dire être ce que la nature a voulu.* » En marchant, Rousseau trouve un équilibre qui façonne, en outre de sa manière de penser, son style d'écriture, digressif, personnel et libre. ●

© Ted Streshinsky Photographic Archive / Getty

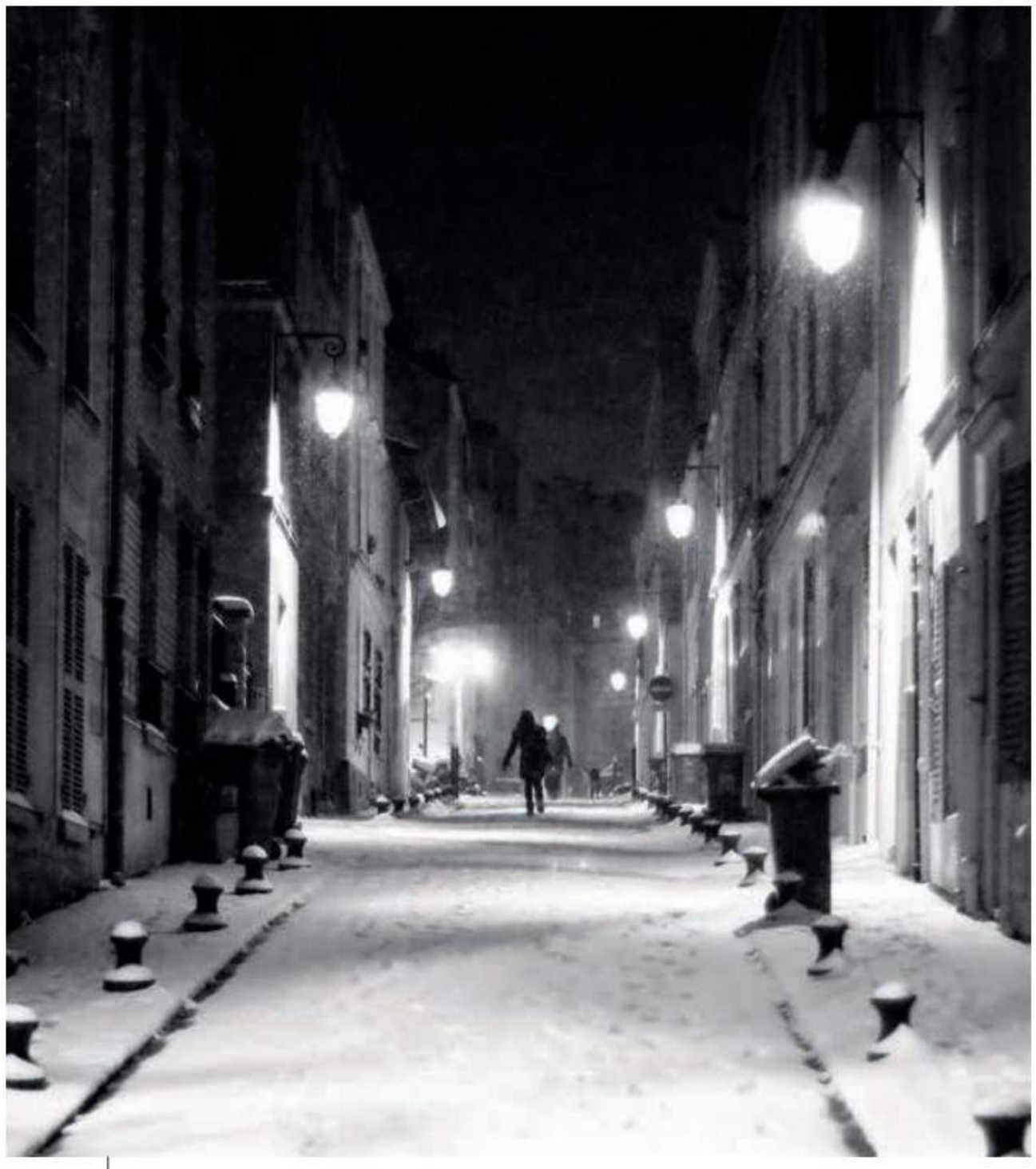
LA VILLE-MONDE

Les insatiables piétons de Paris

Dans *Les Nuits de Paris* (1788-1794), Nicolas Edme Restif de la Bretonne, *alias* le «Rousseau du ruisseau», décrit ses déambulations obsessionnelles, motivées par une curiosité quasi maladive pour les laissés-pour-compte, les prostituées, les artisans, toute une humanité invisible. Marcher devient une quête documentaire, une manière de capturer l'âme de la ville. Mais c'est aussi un acte voyeuriste: Restif observe clandestinement, compile des scènes de misère ou de débauche, comme un chroniqueur des bas-fonds. Son Paris est une ville trouble, où le promeneur peut tout autant se perdre que trouver un reflet déformé de lui-même.

Walter Benjamin, lui, est un arpenteur mélancolique. Sa marche est une méthode de connaissance, une manière de déchiffrer la modernité en flâneur baudelairien. Dans *Le Livre des passages* (1927-1940), il explore Paris comme un texte à lire, un dédale dont il faut déceler les signes. Il admire les passages couverts qu'il voit comme des symboles du présent: espaces hybrides entre rue et intérieur, entre circulation marchande et contemplation solitaire. Céline aussi, dans *Mort à crédit* (1936), évoquera ces passages où il a grandi.

On les retrouve d'ailleurs dans *Le Paysan de Paris* (1926): Louis Aragon les décrit comme des lieux magiques où le merveilleux côtoie la banalité. Sa marche parisienne est poétique, telle celle d'André Breton dans *Nadja* (1928), une errance qui s'émerveille autant des vitrines poussiéreuses que des lumières chatoyantes des galeries. La Paris hypermoderne fourmille de signes et de coïncidences ouvrant la voie vers une vérité cachée au-delà du réel, surréelles... Surréaliste. ●



Paris, quartier de la Butte-aux-cailles sous la neige, février 2013.

FUREUR ET MYSTÈRE

Les marcheurs des décombres

Céline, sa femme Lucette, l'acteur génial mais collabo Robert Le Vigan, dit la Vigue, et le chat Bébért fuient la France vers Sigmaringen, puis jusqu'au Danemark à travers une Allemagne dévastée, enfumée, hallucinée, à feu et à sang, croisant des Pétain et Laval fantomatiques, des partisans de Vichy s'accrochant à des miettes de pouvoir, de vieilles badernes militaires dégonflées, des soldats hagards, des réfugiés, des intellectuels déclassés (*D'un Château l'autre* [1957], *Nord* [1960], *Rigodon* [1969]). Le tout dans des villes rasées, des forêts déchiquetées, décrites dans le style *ad hoc*, barbelé, hoqueté, grinçant et ricanant, l'équivalent d'un Jérôme Bosch en littérature. La marche est une déambulation au musée des horreurs humaines, dans une tentative de réhabilitation de Céline lui-même, qui se présente comme un Cassandre incompris...

Pendant ce temps-là, un certain François Cavanna, futur fondateur de *Hara-Kiri* et *Charlie Hebdo*, arpente l'Allemagne en tous sens, à pied. Il croise les Français réchappés du STO (Service du travail obligatoire), comme lui, les Allemands en débandade, les Russes qui déboulent, des Belges, des Polonais, et des tas de loqueteux, paumés, rustauds, violeurs. Il crève la faim, marche de 60 à 100 km par jour pour faire le tour des camps de prisonniers... Car il cherche Maria, une ancienne prisonnière comme lui, ukrainienne, le grand amour de sa vie, dont il a été stupidement séparé et dont il ignorera toujours le sort (*Les Russkoffs*, 1979). Dans *Maria* (1986), alors qu'il est triste et vieilli, il imagine qu'il la retrouve une quarantaine d'années plus tard. Que vont-ils faire ensemble? Fuir encore, mais pas à pied... ●

© Creative Commons / Viticol / Sylvain Laporte

ON THE ROAD

En Amérique, la marche comme résistance

Pour Henry David Thoreau, la marche s'avère bien plus qu'une activité physique: c'est un acte de résistance spirituelle, une quête d'authenticité, un moyen de se réapproprier un monde corrompu par le confort et la mécanisation. Thoreau marche comme il pense: à contre-courant, déterminé à extraire des vérités qu'aucune civilisation ne saurait lui offrir. Si son *Walden* (1854) est un manifeste de la vie simple, son essai *Walking* (1862) est une apologie du vagabondage en tant qu'art de vivre.

Aux États-Unis, fondés par des exilés et des traîne-savates, rien d'étonnant d'ailleurs à la récurrence de la figure du vagabond dans la culture, littéraire et autre. Il y a les vagabonds, comme celui anonyme immortalisé par Charlie Chaplin (et qu'en France on appelle Charlot), les hobos, ces travailleurs itinérants décrits par Steinbeck dans *Des Souris et des hommes* (1937) et *Les Raisins de la colère* (1939), les bluesmen nomades tels Lead Belly et Son House qui se produisent de bouge en bouge, les chanteurs de folk qui transbahutent leur guitare et dont Bob Dylan, Nobel de littérature, constitue l'héritier direct (avec sa tournée qui dure depuis quatre décennies et ses albums truffés de personnages errants comme dans *John Wesley Hardin*). En chanson toujours, la marche est synonyme de liberté, d'exploration (Lou Reed, *Walk on the Wild Side*, si on veut), d'émancipation (Nancy Sinatra, *These boots are made for walkin'*), de fidélité à soi-même (Johnny Cash, *I walk the Line*). Mais la marche se révèle ambivalente, souvent liée à la misère et à des présages funestes: dans des séries postérieures à la mondialisation, les marcheurs venus d'ailleurs amènent le malheur avec eux, à l'instar des zombies de *Walking Dead*. Si les marcheurs blancs de *Game of Thrones* n'en finissent pas d'arriver, de saison en saison, ils vont représenter, à la fin des fins, une menace commune pour tous les royaumes qui n'en finissaient pas de se déchirer.



Un travailleur itinérant, ou hobo.

BIBLIQUE

Le Juif errant

En 1990, Jean d'Ormesson, le facétieux auteur du *Vagabond qui passe sous une ombrelle trouée* (1978), teinte sa prose de gravité pour s'intéresser au marcheur par excellence, le Juif errant. À Jérusalem, le cordonnier Ahasvérus, jaloux de Marie de Magdala, refuse un verre d'eau au Christ qui monte au Calvaire. «*Je marche parce que je dois mourir. Toi, jusqu'à mon retour, tu marcheras sans mourir*», murmure Jésus. Le Juif errant va donc marcher à travers le monde, sans cesse épargné par la faucheuse, et croiser tous les grands de ce monde, tout connaître, tout commettre, épuiser tous les crimes et toutes les vertus, accompagner l'humanité dans ses surprises et ses soubresauts, perpétuellement émerveillé, et pourtant blasé, n'espérant qu'à s'arrêter enfin au fond de sa tombe. Mais le Christ ne revient toujours pas...

JEAN-FRANÇOIS MARMION



Gustave Doré, gravure pour *La légende du Juif errant*, édition de 1856.

Ci-dessus: © Domaine public, ci-contre: © Domaine public



PÈLERINAGES

Sur les pas du divin

Malgré la sécularisation de nombreuses sociétés et les moyens de transport plus rapides que la marche, la pratique du pèlerinage perdure. Sans doute parce que le dépouillement qui va de pair avec la marche rend possible une introspection salvatrice, mais aussi parce que les pèlerinages répondent à des enjeux économiques et politiques.

Chaque année, des masses de jeunes hommes hindous marchent pieds nus, pendant des kilomètres, pour transporter un peu d'eau du Gange vers des temples en l'honneur de Shiva. Plus à l'est, des Tibétains continuent de réaliser le tour des plus hauts sommets du monde, y compris à pied et même en se prosternant, dans l'espoir de gagner des mérites et une meilleure renaissance dans une vie ultérieure. Près de chez nous, Instagram multiplie les photos de pieds meurtris, de chaussures usées par les kilomètres ou de jambes en mouvement postées par les marcheurs de plus en plus nombreux à s'aventurer sur les chemins de Compostelle (1): s'ils étaient moins de 15000 en 1992, environ un demi-million ont fait tamponner leur «Compostela», certification du pèlerinage, une fois arrivé à Saint-Jacques en 2024.

«*Marcher pendant des heures, c'est une expérience intérieure et spirituelle très forte pour les pèlerins*», assure le frère Dominique Joly, directeur des pèlerinages franciscains. Ceux qu'il organise, à Lourdes, Assise ou Jérusalem, s'effectuent en bus, train ou avion pour s'adapter au rythme de vie moderne qui laisse rarement le loisir de consacrer plusieurs semaines, voire plusieurs mois, à un pèlerinage. Néanmoins, il tient à conserver des temps de marche pour créer un moment d'introspection au cours des derniers kilomètres avant d'arriver dans certains lieux chargés de symbolique, tel l'ermitage fréquenté par Saint-François en haut de la colline d'Assise en Italie. «*On ne revient jamais de pèlerinage comme on est parti*», insiste le frère franciscain.

UNE PRATIQUE ACCESSIBLE

Philippe Wanufel, un soixantenaire belge, en a fait l'expérience. Parti de Taizé (Saône-et-Loire) pour relier Assise à pied, il avait plusieurs motivations: récolter de l'argent pour des associations, montrer que bien des choses restent possibles même quand on est atteint d'une mala-

© Mercedes Rancaño Otero / Getty

die invalidante comme l'arthrite et, surtout, traverser le deuil de son épouse. Le professeur de religion à la retraite cherchait à savoir comment poursuivre sa vie sans Françoise, avec qui il faisait tout. Les 69 jours de marche lui ont apporté les réponses attendues, «*que j'étais dans le bon et qu'il fallait continuer à être bénévole dans plusieurs associations et clown en clinique*», sourit Philippe Wanufel.

Durant ce périple au long cours, les pèlerins et autres voyageurs spirituels se retrouvent sur les mêmes chemins et dans des préoccupations semblables. «*Quand on marche dans un truc comme ça, impossible de parler de la pluie et du beau temps. On va directement à l'essentiel, dans un instant de vérité et de fraternité*», poursuit Philippe Wanufel, ému en repensant à deux compagnons de route croisés au hasard et à qui il a pu confier une part de lui-même qu'il n'avait partagée qu'avec sa défunte épouse.

Le pèlerinage constitue une démarche individuelle mais aussi collective, comme le rappellent les *ziyara* («visite» en arabe) de traditions musulmanes. À côté du *hadj*, le voyage bien connu à La Mecque et cinquième pilier de l'islam, une multitude de pèlerinages sont organisés à l'échelle locale dans les pays musulmans, du Maghreb à l'Asie du Sud. Il s'agit de se rassembler dans des lieux saints locaux, comme le mausolée d'un défunt honoré dans un village ou un espace naturel sacré. «*Des gens viennent de partout pour participer*», explique Moncef Si Hadj Mohand, comédien originaire du Djurdjura en Kabylie (Algérie) et qui a gravi le sommet d'Azrou n'Thour à l'occasion de plusieurs *waâda*, fêtes régionales, entre religiosité et célébration coutumière. La tradition veut que trois bourgades à l'entour de ce «*rocher de l'aube*» se relaient pour préparer du couscous et accueillir tous ceux qui s'y rendent chaque année en août. «*Marcher vers Azrou n'Thour, c'est marcher vers quelque chose de plus grand que soi. C'est répondre à un appel ancien, dans un paysage à la fois rude et sacré*», continue Moncef Si Hadj Mohand. Dans un mélange de rites musulmans et de coutumes berbères, les pèlerins venus de toute la région demandent guérison, fertilité ou protection.

D'une tradition religieuse à l'autre, les démarches pèlerines ont en commun d'accorder une marge d'autonomie aux laïques à travers des pratiques accessibles. Les motivations des pèlerins de part et d'autre du globe aussi se ressemblent: se dépouiller du confort de son quotidien pour cheminer jusqu'à un lieu sacré, y effectuer des rituels pour se purifier, remercier un Dieu d'avoir exaucé ses prières ou formuler une demande. Pour les catholiques du Moyen Âge, le pèlerinage impliquait une dimension expiatoire qui s'est progressivement effacée au profit de signes de dévotion. C'est d'ailleurs de la tradition chrétienne que vient le terme, dérivé du mot latin «*peregri*» (la condition d'étranger ou le voyage à l'étranger), pour désigner par métaphore la condition humaine, conçue comme un exil sur Terre.

ENTRE LIEUX SACRÉS ET BOUTIQUES DE SOUVENIRS

«*Les pèlerins ne sont pas que des âmes en quête d'absolu. Ce sont aussi des corps qui se déplacent*», souligne Dionigi Albera, directeur de recherche émérite au CNRS et spécialiste des pèlerinages. Ces brassages de foule, réunissant des milliers, parfois des millions d'individus, posent des questions en matière de sécurité. Il y a les risques d'attentats, comme l'a montré celui survenu à la synagogue de la Ghriba à Djerba en 2023, lors duquel cinq personnes ont été tuées par un agent de police chargé de la sécurité. Mais aussi les bousculades meurtrières: environ 2000 fidèles avaient péri à La Mecque en 2015 dans un mouvement de foule. Et les menaces sanitaires, comme l'a rappelé la pandémie de covid-19.

Naviguer entre le sacré et les boutiques de souvenirs fait partie du parcours.

Ces corps en marche représentent aussi un enjeu économique. Les marcheurs ont besoin d'infrastructures, routes ou lieux d'accueil, et leur construction a façonné le paysage «*en décrétant l'essor ou le déclin de villes et de régions entières*», écrit Dionigi Albera à propos du pourtour méditerranéen (2). Des vendeurs de figurines à l'effigie de la Vierge à Lourdes aux agences de voyage spécialisées dans l'organisation de pèlerinages, ces pratiques religieuses ou spirituelles constituent également un commerce. Il ne faut pas y voir une perversion moderne, mettent cependant en garde les chercheurs: déjà dans l'Antiquité, des artisans proposaient des statuettes en l'honneur d'Artémis au pied du temple à Ephèse. Naviguer entre le sacré et les boutiques de souvenirs fait en réalité partie du parcours pèlerin, en France comme en Inde. «*Les pèlerins hindous assument d'intégrer à leur expérience religieuse des dimensions récréatives et touristiques*, explique l'ethnologue spécialiste de l'hindouisme Mathieu Claveyrolas. *Ils profitent d'un pèlerinage à Bénarès pour acheter des saris en soie, sans le penser comme un écart par rapport aux pratiques pèlerines.*»

Non loin de l'enjeu économique, le politique. L'Arabie Saoudite s'est dotée d'un ministère du Hadj, responsable de toutes les affaires en lien avec le pèlerinage, tandis que les nationalistes indiens organisent leurs meetings de lieux sacrés en lieux sacrés, suivant les traces des grands pèlerinages. S'il n'est pas le premier à politiser cette pratique religieuse, le dirigeant de l'Inde Narendra Modi a bien compris le pouvoir de ces photos montrant des milliers d'hindous en pleine dévotion, par exemple lors du pèlerinage de la Maha Kumbh Mela cette année, qui a rassemblé 400 millions de fidèles selon les autorités. «*Ça correspond à l'image que Modi promeut de l'Inde: une grande puissance, nationaliste et hindoue*», résume Mathieu Claveyrolas.

Un autre chercheur, Avishek Jha, montre comment le pèlerinage de Kanwar Yatra, dans le Nord du pays, a pris de l'ampleur à partir des années 1990 et les succès électoraux des nationalistes. Selon lui, le nombre de pèlerins à rapporter pieds nus de l'eau du Gange dans les temples de leur localité s'est démultiplié, parce qu'en l'absence d'une politique sociale, ce pèlerinage permet aux jeunes hommes touchés par le chômage de gagner en reconnaissance et respect. Le tout dans un moment festif, où des DJ mobiles suivent les marcheurs tandis que drapeaux indiens et affiches à l'effigie de Narendra Modi flottent dans les cortèges (3).

UN «PRAGMATISME RIGOUREUX»

Même si la marche perdure et reste le marqueur de l'identité pèlerine, l'apparition de moyens de transport autrement plus rapides a transformé la pratique. En Inde, l'arrivée du train en 1886 a multiplié le nombre de pèlerins, notamment de femmes et de personnes âgées. Il est désormais possible de faire plusieurs pèlerinages dans sa vie et de ne demeurer que quelques jours sur place.

Idem au Tibet, où l'anthropologue Katia Buffetrille a pu voir de ses yeux ce que l'arrivée de la route a changé. Elle a effectué à quatre reprises le pèlerinage autour de la montagne sacrée d'Amnye Machen. En 1990, le chemin était encore classique, foulé surtout par des pasteurs nomades des alentours, en tenues traditionnelles et venus avec leur yak. Il fallait six ou sept jours à un Tibétain pour parcourir les 160 km qui mènent jusqu'au sommet. En 2002, une route avait en partie été construite, de sorte que certains pèlerins – encore minoritaires – optaient pour faire la moitié du trajet à moto ou en automobile. En 2018, la route était achevée et le lieu visité par des touristes chinois en voiture. La grande majorité des pèlerins, dont certains Tibétains venus de loin, tourne désormais autour de la montagne à l'aide d'un engin motorisé et arrive en haut en une journée.

Mais l'évolution des modes de vie et la modernisation des lieux ne réduisent pas la ferveur bouddhiste, analyse Katia Buffetrille: les pèlerins font plutôt preuve d'un «*pragmatisme rigoureux*» dans leur religiosité, ornant par exemple leur véhicule d'une écharpe blanche ou d'un drapeau de prière (4). Accomplir le chemin à pied ou en se prosternant apporterait certes plus de mérites, mais le principal reste finalement de faire son pèlerinage… ●

(1) Christophe Alcantara, «Sacraliser la marche sur Instagram: les chemins de Compostelle», *Hermès*, n° 91, 2023/1.
(2) Dionigi Albera, «Pèlerinage», dans Dionigi Albera, Maryline Crivello et Mohamed Tozy (dir.), *Dictionnaire de la Méditerranée*, Actes Sud, 2016.
(3) Avishek Jha, «Religiosity, space-making, exclusion: "Kanwar Yatra" celebrations in a North Indian city», *Studies in Indian Politics*, vol. 12, 2024/1.
(4) Katia Buffetrille, «Amnye Machen 1990-2018. Reflections on the transformations of a Tibetan pilgrimage», dans Christoph Cüppers, Karl-Heinz Everding et Peter Schwieder (dir.), *A Life in Tibetan Studies*, Ekta Books, 2022

ADÈLE CAILLETEAU

MUR DES FÉDÉRÉS
Un pèlerinage laïque

Des libertaires, des syndicalistes et des francs-maçons en pèlerinage? C'est ainsi que le politologue Franck Frégosi propose de lire la montée annuelle au mur des Fédérés. Depuis 1880, des militants se rendent au cimetière du Père-Lachaise pour rendre hommage aux combattants de la Commune fusillés par l'armée de Versailles et jetés dans une fosse commune durant la Semaine sanglante de mai 1871. Le calendrier cérémoniel s'étale sur tout le mois de mai, les processions se succèdent pour se souvenir des défunts, et le mur des Fédérés constitue le point d'aboutissement des cortèges, habitués à entonner *L'Internationale* ou *Le Temps des cerises*. Franck Frégosi y voit un «*pèlerinage laïque commémoratif et partisan*», rythmé par des «*rituels de substitution pour ceux que leurs choix philosophiques et politiques éloignent généralement des rituels religieux classiques*». ● **A.C.**

SOURCE
Franck Frégosi, «La "montée" au mur des Fédérés du Père-Lachaise. Pèlerinage laïque partisan», *Archives de sciences sociales des religions*, n° 155, 2011/3.



NEUROSCIENCES
La tête et les jambes

Par **Sylvie Chokron**

À force de rester vissés à nos chaises, on oublie que nos jambes sont aussi faites pour penser. Car marcher, ce n'est pas seulement bon pour le cœur : c'est une gymnastique pour l'esprit, un élixir pour la mémoire et une cure contre les idées noires.

C'est un fait, nous marchons de moins en moins. De récentes études affirment que nous passons 95 à 99% de notre temps en intérieur, qui plus est, assis ou allongés ! Nombreuses sont les excuses pour rester enfermés, au travail ou chez nous, vissés à notre bureau, à notre canapé, voire dans notre lit. Tout vient à nous. Les réunions *via* Zoom, les films et les divertissements *via* les plateformes, nos amis *via* les réseaux sociaux, nos courses *via* des livreurs, esclaves de nos envies, l'information *via* notre téléphone… Il est loin le temps où nous étions des chasseurs-cueilleurs, passant notre vie dans la nature à nous déplacer pour chercher de la nourriture, échapper aux animaux dangereux ou encore explorer de nouveaux territoires. De fait, nous n'avons jamais été aussi sédentaires et éloignés de la nature qu'à notre époque. Et quand nous daignons sortir, nous favorisons la voiture, le vélo, la trottinette ou les transports en commun et négligeons la marche.

© Matthias Clamer / Getty

C'est bien dommage, car celle-ci conserve pourtant de nombreux effets positifs, pour notre santé physique bien sûr, mais plus surprenant, également pour notre santé mentale.

UN ÉLAN POUR LA MATIÈRE GRISE

Commençons par notre intellect. Depuis plusieurs années, les recherches documentant les effets de la marche sur nos capacités cognitives se multiplient. À l'image de l'étude de Maren Schmidt-Kassow et de ses collègues de l'université Goethe de Francfort, qui ont demandé à des participants de marcher sur un tapis roulant pendant qu'ils tentaient d'apprendre des mots dans une langue étrangère. La même tâche était proposée aux sujets pendant un temps de repos physique. Les résultats montrent un bénéfice significatif de la marche sur les performances de mémorisation et de rappel d'une langue étrangère (1). Mais lorsque nous marchons, nous le faisons plus souvent dehors que dans une salle de sport. Se pourrait-il que la marche en extérieur ait un effet spécifique sur nos capacités cognitives? Andrew Bailey et ses collègues de l'université du Tennessee ont récemment tenté de répondre à cette question (2). Pour ce faire, ils ont soumis des participants à des tests de performance cognitive avant et après avoir marché à l'intérieur, puis à nouveau lors d'une séance différente pendant laquelle ils marchaient en plein air. Les résultats révèlent un progrès cognitif significatif après les deux sessions de marche, mais la marche en extérieur a un effet plus notable sur l'amélioration des capacités cognitives.

Et ce n'est pas tout... La mesure de l'activité cérébrale électrique montre une activité proche de l'état méditatif, plus marquée pendant la séance de marche en plein air qu'à l'intérieur. En outre, les effets positifs enregistrés, que ce soit en termes de détente ou d'attention, sont conservés plus longtemps après la marche en plein air. Marcher à l'extérieur aurait donc des bénéfices encore plus prononcés que marcher en intérieur. Mais les chercheurs se montrent toujours très suspicieux sur ce type de résultat. Ils pourraient en effet critiquer l'étude précédente et arguer que le profit ne vient pas de la marche en elle-même, mais plutôt du fait de se déplacer à l'extérieur et de jouir de l'air pur, de la lumière, du vert des arbres et du chant des oiseaux... Après tout, cela serait fort possible, compte tenu des impacts de la nature sur notre cerveau. Pour pouvoir affirmer que le bénéfice était bien lié spécifiquement à l'acte de marcher en extérieur, Marily Oppezzo et Daniel Schwartz, de l'université de Stanford, ont eu une idée pour le moins originale (3). Ils ont testé la créativité de participants dans trois situations: dans des conditions standard de test au laboratoire, après s'être promenés alors qu'ils étaient poussés en fauteuil roulant à l'extérieur, ou encore après avoir marché hors les murs. Grâce à cette démarche ingénieuse, ces chercheurs ont pu montrer que c'est bien le



© Sandra Seitamaa / Unsplash +

CERVEAU-CORPS

Foulée synchronisée

Quand nous nous sentons bien avec quelqu'un, nous avons le sentiment d'être sur la même longueur d'ondes. Ce n'est pas qu'une impression. De plus en plus de recherches très récentes montrent qu'on synchronise bel et bien notre activité cérébrale, et donc nos gestes, nos actions, notre intonation sur ceux de la personne avec qui nous interagissons. Il en va de même pour la marche. Lorsque nous marchons avec un proche, sans y prêter attention, nous le faisons d'un pas tout à fait identique. Ce phénomène de synchronisation pendant la marche s'opère d'autant plus facilement que nous estimons notre compagnon de route, mais, contre toute attente, l'inverse est vrai aussi. Caler nos pas sur ceux d'une autre personne renforcerait les liens amicaux avec celle-ci, et développerait un sentiment de confiance mutuelle tout en permettant d'aborder, sans se regarder, des discussions qui, si elles se faisaient en face à face, risquerait d'être difficiles, voire impossibles. **S.C.**

fait de marcher à l'extérieur, et non simplement le fait de se déplacer dehors (sur un fauteuil roulant), qui stimule la pensée inventive.

C'est un fait, marcher dope donc nos capacités cognitives, et ceci à tout âge. La marche stimulerait en effet la production de facteur neurotrophique, responsable de la plasticité cérébrale et des améliorations fonctionnelles. L'efficacité maximale serait obtenue avec une marche d'intensité modérée à élevée, en une seule fois, et non de manière fractionnée.

QUAND LES PIEDS VONT, TOUT VA!

Quittons maintenant les capacités cognitives pour nous intéresser à notre humeur. Marcher, en particulier au vert, pourrait bien nous permettre de voir la vie en rose! C'est ce qu'ont démontré Stephen Kaplan et son équipe, de l'université du Michigan, dans une première étude révélant à quel point interagir avec la nature peut doper nos facultés attentionnelles et notre bien-être. Fort de ce résultat, la même équipe a eu l'idée de tester si marcher dans la nature pouvait avoir un effet bénéfique pour des personnes souffrant d'un trouble dépressif majeur (4). Pour ce faire, ils ont enrôlé dans leur expérience vingt sujets diagnostiqués avec une dépression sévère. Ceux-ci étaient d'abord invités à évoquer mentalement un évènement personnel négatif qui les préoccupait pour induire des ruminations mentales, puis on contrôlait leur humeur et leurs capacités mnésiques, et enfin, on leur proposait une marche de cinquante minutes dans un environnement urbain ou naturel. Après la marche, l'humeur et la mémoire étaient à nouveau testées. La semaine suivante, les participants retournaient au laboratoire pour une nouvelle session obéissant exactement à la même procédure, si ce n'est que les sujets qui avaient marché dans la nature marchaient cette fois dans la ville et *vice versa*. Les résultats sont sans équivoque. Les participants démontraient de meilleures capacités mnésiques et un état d'esprit plus positive après la marche dans la nature.

La marche pourrait avoir des conséquences bénéfiques pour les sujets souffrant d'une dépression, mais est-ce que cela pourrait également fonctionner pour des individus du tout-venant? C'est exactement l'interrogation qui a intéressé Junia de Brito et ses collègues de l'université du Minnesota (5). Ces chercheurs ont soumis dix-neuf jeunes femmes à des séances de marche d'intensité modérée de cinquante minutes, une fois par semaine. Les participantes devaient marcher pendant trois semaines, soit dans la nature, soit dans la cité. Avant et après la marche, elles étaient astreintes à une série de questionnaires psychologiques validés testant l'humeur et l'anxiété. Ici encore, les résultats se révèlent édifiants. L'inquiétude diminue après la marche verte et augmente après la marche en ville! Ce qui n'étonnera peut-être personne à l'heure où marcher en ville relève d'une véritable épreuve de survie pour éviter vélos, trottinettes, bus, voitures, et autres obstacles! En ce qui concerne l'humeur, les auteurs notent que la marche dans la nature accroît les pensées positives alors que celles-ci sont réduites par la marche urbaine. Symétriquement, les pensées négatives diminuent de manière significative au vert mais restent inchangées après une balade citadine.

Pour Gregory Bratman et ses collègues de l'université de Stanford, si la marche dans la nature réduit l'anxiété, c'est qu'en plus d'amoindrir la rumination mentale, marcher 90 minutes dans la nature fait baisser l'activité dans une petite région cérébrale, le cortex préfrontal ventro-médian, connu pour son travail lorsque nous ressassons les mêmes pensées à l'infini (6)... Dans l'étude de ces chercheurs, même constat que précédemment, une marche de durée équivalente en ville ne produisait pas du tout l'effet positif d'un environnement naturel... Alors, convaincus? Marcher dans la nature ne coûte pas grand-chose, n'a aucune incidence indésirable connue, et peut rapporter gros: une meilleure santé physique, des capacités cognitives dopées, moins de dépression, de rumination et d'angoisse! Qu'attendez-vous? Prenez votre revue préférée sous le bras, enfilez une paire de chaussures bien confortables et allez vous perdre dans un parc, un champ, une forêt ou un chemin de campagne. Votre cerveau n'escompte que cela et il y a fort à parier qu'il vous le rendra bien... ●

Marcher au vert pourrait nous permettre de voir la vie en rose!

(1) Maren Schmidt-Kassow *et al.*, «Treadmill walking during vocabulary encoding improves verbal long-term memory», *Behavioral and Brain Functions*, juillet 2014.

(2) Andrew W. Bailey *et al.*, «Cognitive benefits of walking in natural versus built environments», *World Leisure Journal*, mars 2018.

(3) Marily Oppezo et Daniel L. Schwartz, «Give your ideas some legs. The positive effect of walking on creative thinking», *Journal of Experimental Psychology*, vol. 40, 2014/4.

(4) Stephen Kaplan, «The restorative benefits of nature. Toward an integrative framework», *Journal of Environmental Psychology*, vol. 15, 1995/3.

(5) Junia de Brito *et al.*, «Changes in psychological and cognitive outcomes after green versus suburban walking. A pilot crossover study», *Medicine and Science in Sports and Exercise*, juin 2019.

(6) Gregory N. Bratman *et al.*, «Nature experience reduces rumination and subgenual prefrontal cortex activation», *PNAS*, 29 juin 2015.

DÉCONNEXION
Partir un jour, sans retour…

Un jour, ils ont pris la route, et ils ont marché, pendant des jours, des mois, des années, sans argent (ou presque) et sans savoir jusqu'où ils iraient ni où ils dormiraient le soir. Qu'est-ce qui motive ces marcheurs au long cours? Et que disent ces projets de notre rapport à l'argent et à la consommation?

« *Puisque je ne pouvais pas gagner d'argent, j'ai décidé de ne pas en dépenser.* » Quand Tony Ecourtemer s'en va, il est déjà en rupture avec sa vie d'avant. Après avoir travaillé cinq ans en tant que «businessman» en Chine, s'être mis à la méditation et reconverti en France pour œuvrer dans l'environnement, il quitte également cet emploi qui le rapprochait davantage d'un écran PC que de la nature. Il essaie de retrouver un job, mais ça ne fonctionne pas: au fond, il n'en a plus envie. «*Je me dis que tout ça, ça ne sert pas à grand-chose, et que la vraie source du problème, c'est ce désir insatiable qu'on a tous à l'intérieur de nous. C'est à ça qu'il fallait s'attaquer.*»

L'ABONDANCE EN CHEMIN

Alors, il se lance ce «*beau challenge*» de vivre sans argent, et il part sur les routes, à pied – c'était en 2016. Son objectif: un centre de méditation en Bourgogne, qu'il compte rejoindre depuis la Bretagne. Il commence son périple en essayant de se nourrir de plantes, mais très vite se rallie plutôt à l'idée de vivre de ce que les gens jettent. Quand il en a assez de marcher, il s'arrête ou fait de l'auto-stop, «*un bon moyen de faire des rencontres*», conseille-t-il. Lui qui voulait vivre sans argent pour dépasser sa «*peur de manquer*» a en fait atteint l'abondance en chemin. Et de raconter cette fois où dans une supérette, il est reçu «*comme un comte*» par le gérant et ressort avec deux énormes sacs de nourriture. De repas donné en lit proposé, il rejoint sans difficulté majeure sa destination dans le Morvan. De là, il gagne la Suisse, puis l'Allemagne, et même l'Angleterre – une famille rencontrée en auto-stop lui offre la traversée et le repas sur le bateau pour franchir la Manche.

«Abondance», c'est aussi un mot qui revient souvent dans le récit de Jean-Baptiste Marotta. Lui est parti une première fois à l'été 2024 sur les chemins d'Assise, en Italie, à pied et sans argent, en compagnie de sa sœur. En une trentaine de jours, ils passent une seule nuit dehors. «*Avant de partir, on me disait:* "Ça ne marchera pas, les gens sont trop individualistes". *Mais c'est tout l'inverse qui s'est passé.*» Le frère et la sœur toquent, demandent de l'eau, et de fil en aiguille, on leur propose un café, un plongeon dans la piscine, une douche, un repas, un lit. Jean-Baptiste réitère l'expérience l'hiver suivant au Maroc, seul cette fois. Un dépaysement bien plus radical, où il est confronté à la pauvreté des habitants. «*Je suis sorti de ma zone de confort, et c'est ça qui m'a fait le plus grandir*», analyse-t-il.

Caroline Moireaux, elle, n'est pas partie sans argent, mais avec un petit budget de quatre euros par jour – assez peu pour ne pas avoir à travailler en piochant dans ses économies. Poussée par une «*profonde envie de liberté*» et la curiosité de voir comment les gens vivaient ailleurs, elle se lance dans un tour du monde à pied – «*une évidence*», bien que la jeune femme ne soit alors pas une randonneuse. «*Cela apporte une forme de liberté,* justifie-t-elle *: zéro contrainte, zéro organisation, et puis, il n'y a rien qui puisse casser – à part mes pieds, à la rigueur!*» La seule limite qu'elle se pose: que son périple ne dure pas plus de dix ans. *In fine*, elle a passé huit années à voyager, entre 2011 et 2019, traversant trente pays, passant par les Balkans, l'Asie centrale (elle a notamment été expulsée d'Iran, où on la soupçonnait d'être une espionne), la Chine, la Russie, le Japon, l'Alaska, l'Amérique du Nord puis centrale, et finalement le Panama d'où elle est rentrée en France. 53 000 kilomètres parcourus en majeure



Caroline Moireaux au Kirghizstan en 2013.

Marcher toute la journée, dormir chez l'habitant, vivre de la charité des autres.

partie à pied, mais aussi à vélo… et en bateau, par la force des choses.

Même sans s'être imposé de contrainte financière aussi drastique que Jean-Baptiste ou Tony, «*il y a des pays où je n'ai pas dépensé plus d'un euro par jour!*», précise la Jurassienne, qui voulait «*montrer qu'on peut faire des choses extraordinaires sans argent ou presque*». «*Je ne demandais rien, mais les gens avaient envie de m'inviter*», explique-t-elle. C'est l'avantage de la marche: «*Les gens ont la possibilité de venir vous parler.*» Et de raconter comment elle a, par exemple, partagé un repas avec une famille habitant dans une bicoque en tôle au bord d'une route au Salvador, ou comment une mamie iranienne l'a forcée à repartir avec un gros billet. «*Je n'ai jamais manqué de rien!*», juge-t-elle.

DE COMPOSTELLE À PÉKIN EXPRESS

Marcher toute la journée, dormir chez l'habitant, et, pour Tony et Jean-Baptiste, vivre de la charité des autres: ces projets rappellent inévitablement l'imaginaire du pèlerinage chrétien. Jean-Baptiste, qui évoque une forme de spiritualité sans pour autant se réclamer d'une religion particulière, explique qu'il voulait partir «*comme un vrai pèlerin*», vivre «*comme à l'époque*». Avec un sac de vingt litres, sans tente, sans argent, il voit dans ce «*dépouillement*» un côté symbolique: l'occasion d'alléger son «*sac à dos de vie*».

Le trentenaire ne se définit pourtant pas comme un pèlerin, mais plutôt comme un «*aventurier*». Il exprime d'emblée son admiration pour Sylvain Tesson et la place qu'a tenue un film, *Sur les chemins noirs* (2023), adapté du roman éponyme, dans la pulsion qui l'a poussé à prendre les chemins de Compostelle en 2023, son premier grand voyage à pied. Il cite aussi le romancier et voyageur brésilien Paolo Coehlo. Il n'oublie pas non plus la pop culture, confessant son rêve de participer un jour à *Pékin Express*, cette émission de téléréalité dans laquelle un binôme est lâché dans un pays étranger et doit, avec un euro par jour et par personne, atteindre une destination en auto-stop avant les binômes concurrents. Tony, lui, mentionne l'émission *Nus et culottés*, où les protagonistes partent tout nus et sans argent, devant réaliser leur objectif (boire le thé chez un lord anglais, voir une aurore boréale en Islande) uniquement grâce à la générosité des gens qu'ils rencontrent sur le chemin.

Ce n'est donc sans doute pas un hasard si ces deux marcheurs partagent un vocabulaire du défi et du dépassement de soi.

© Collection personnelle

«*J'étais dans l'optique du challenge, et c'était ça qui donnait envie aux gens de m'aider*, se rappelle Tony. *Je leur disais:* "Je ne suis pas dans le besoin, je me suis lancé le défi de vivre sans argent, est-ce que vous pouvez me donner un repas?" *En fait, je leur vendais du rêve.*» «*Il fallait oser tout le temps*», résume de son côté Jean-Baptiste: oser demander de l'eau, un café, un repas, un endroit où dormir.

Challenge, audace, dépassement de soi: des notions qui ne nous ramènent pas qu'à la téléréalité, mais aussi au monde de l'entreprise et à la *start-up nation*. Paradoxal, pour des marcheurs qui cherchent justement à se détacher de l'argent? Pas tant que ça. En 1991 déjà, dans *Le Culte de la performance*, le sociologue Alain Ehrenberg constatait que des liens étroits s'étaient tissés entre les deux nouvelles figures de l'héroïsme contemporain: le sportif… et l'entrepreneur. «*Nous sommes désormais sommés de devenir les entrepreneurs de nos propres vies*», analyse le sociologue. Ne trouvant plus dans la société les sources d'assurance qu'il y cherche, l'individu doit «*faire la preuve qu'il est capable de se gouverner par lui-même*», ce qui «*passe nécessairement par la prise de risques*».

C'est sous ce prisme qu'Alain Ehrenberg comprend le nouvel engouement pour les sports d'aventure et expéditions en tout genre, qui partagent une «*même pédagogie de l'individu: se donner comme objectif la conquête de soi-même dans un rapport "purifié", "authentique" tant à la nature qu'à autrui.*» Il poursuit: «*Entre le progrès qui inquiète et le confort qui abâtardit, il s'agit toujours de vider le rapport social du confort, de la consommation, du bien-être, de la marchandise, bref, de tout ce qui n'est pas l'individu réduit à lui-même, réduit à n'être que lui-même.*» Partir marcher avec le strict minimum pour faire des rencontres authentiques avec autrui: on est en plein dedans! C'est ainsi que, selon Alain Ehrenberg, l'individu contemporain cherche l'épanouissement personnel: en se soumettant à des situations extrêmes qui le ramènent à une «*pure capacité, à n'être que lui-même*».

De ces longues marches de pays en pays, de maison en maison, on ne sort pas indemne.

L'INFLUENCE DES RÉSEAUX SOCIAUX

Ces héros contemporains, on ne les voit pas qu'à la télé, mais aussi désormais sur les réseaux sociaux, où de plus en plus d'influenceurs se mettent en scène lors de marches longues ou extrêmes. On pense à Antoine de Suremain, 160000 *followers* sur Instagram, qui a documenté sa randonnée de 250 kilomètres sur le chemin de Saint-Guilhem à l'automne 2022, durant laquelle il ne s'est nourri que des fruits de sa cueillette – orties, pissenlits, trèfles, noix, châtaignes et coings au menu. Ou bien à Mehdi Debbrah, quasiment 500000 abonnés sur Instagram et plus d'un million sur TikTok, qui s'est fait connaître en reliant Paris à Alger, à pied, en 2022, pour rendre hommage à son père depuis peu décédé. Lors d'autres voyages, le jeune marcheur a également rallié Copenhague, Venise ou encore Saint-Sébastien en Espagne, toujours depuis Paris.

Sur son compte, le jeune homme à l'enthousiasme contagieux partage des vidéos de son quotidien, des paysages qu'il traverse, fait des récits de ses aventures et de ses rencontres, et filme ses fameux «*popote times*», au rythme de plusieurs clips par jour. Sans surprise, le marcheur fait des émules: il confie avec fierté recevoir régulièrement des messages de *followers* qui, inspirés par son histoire, viennent d'effectuer leurs premiers 20 ou 200 kilomètres – voire se sont lancés dans leur propre marche caritative, cagnotte à l'appui. Car l'influenceur ne marche pas que pour le plaisir: en 2022, lors de son Paris-Alger, il avait levé 85000 euros qui ont servi à financer des projets de bienfaisance: un puits au Togo, des châteaux d'eau au Niger et en Indonésie, ou encore des vélos pour des collégiennes au Bangladesh.

Le jeune Parisien pourrait pourtant sans doute vivre de son activité, et reconnaît y avoir pensé. «*Mais je ne voulais pas donner le choix aux gens entre donner à l'association ou à moi*», explique-t-il. Lorsqu'il ne marche pas, le jeune homme travaille et économise pour financer ses prochains voyages. Et lorsqu'il marche, l'argent qu'il lève devient une motivation qui offre un sens supplémentaire à son expédition: «*Mon premier réflexe, quand je me réveille, c'est d'aller voir la cagnotte,* confie-t-il. *S'il y a 500 ou 1000 euros en plus, suite à une vidéo que j'ai pu faire, je me dis* "OK, je marche, et d'autres vont pouvoir en profiter".» La marche devient ainsi une forme de travail bénévole. Filmer, monter des vidéos, faire des *lives*, assurer la diffusion sur les réseaux sociaux: c'est du temps et de la charge mentale.

Les influenceurs vendent du rêve à leurs *followers*, une carte postale de déconnexion et de recentrement sur soi. Mais comment se débrancher quand on a toujours à l'esprit la prochaine *story* à poster, la déception de ses fans si on ne prend pas en photo leur village d'enfance ou la maison de leur grand-mère? Comme l'écrit si justement Gilles Lipovetsky dans *Le Sacre de l'authenticité* (2021), avec l'avènement des réseaux sociaux, «*ce n'est plus le dialogue secret avec soi qui prime, mais le show de soi*», ce qui nous éloigne

nécessairement d'une «*pratique réflexive destinée à explorer les énigmes de la condition subjective*».

Mehdi n'esquive pas la question. «*Pendant mes premières marches, j'avais du mal à gérer,* concède-t-il. *Mais j'ai appris à trouver mon équilibre. Je n'hésite pas à couper quand j'en ai envie. Je ne m'impose pas de fréquence de publication, même si parfois ça peut frustrer les gens.*» Le jeune homme garde en tête ce qui fait la saveur de ces expéditions: «*Pendant mes marches, je fais le tri de ce qui s'est passé dans mon année ou les mois précédents et je reviens neuf à chaque fois. C'est ce qui me rend accro!*»

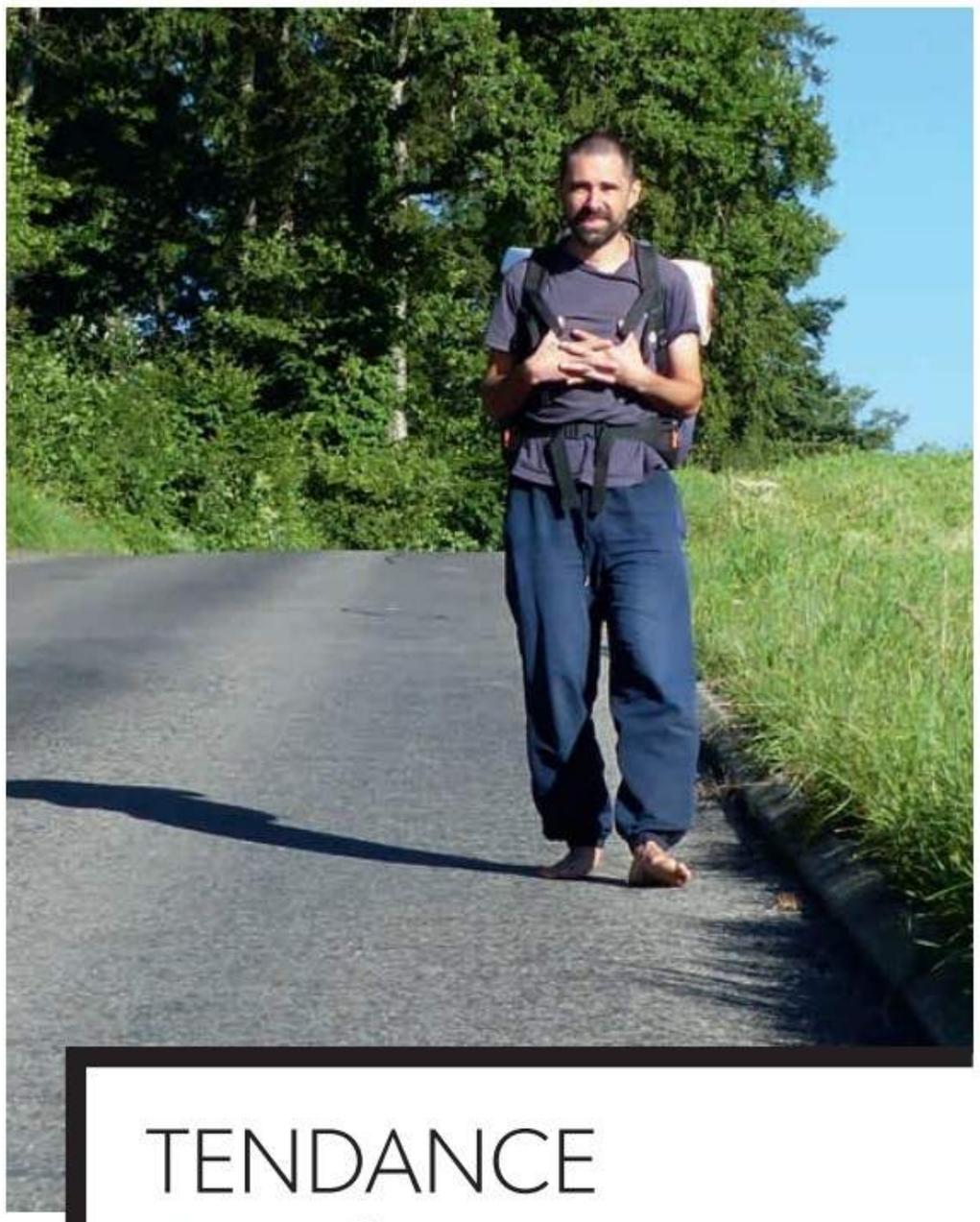
UNE EXPÉRIENCE TRANSFORMATRICE

Une chose est certaine: de ces longues marches où on va de pays en pays, de maison en maison, on ne sort pas indemne. Presque dix ans après son périple européen, Tony est devenu moine bouddhiste dans un monastère en Malaisie, où il répond désormais au nom de Pamoda. Quand je l'interviewe en visio, il me demande avant toute chose si ça ne me dérange pas qu'il marche pendant l'entretien: «*J'ai pris l'habitude!*» Ce choix radical du monachisme, c'est pour lui une façon de «*persévérer dans ce mode de vie*» qui lui a apporté «*beaucoup de liberté*»: «*Aujourd'hui, je n'utilise toujours pas d'argent, je vis de la charité des gens. Et si j'ai besoin d'un billet de train, j'attends qu'on m'en offre un!*» Son sacerdoce ne l'empêche pas de repartir souvent pour de longues marches, en Thaïlande et au Sri Lanka en particulier. D'ailleurs, il a récemment invité la communauté des moines à lui «*sponsoriser*» une tente ultralégère – il rentre en France cet été et aimerait bien pouvoir s'arrêter n'importe où au cours d'une randonnée afin de méditer… sans avoir à prendre la douche en cas d'intempéries.

Caroline Moireaux aussi a du tout au tout changé de mode de vie. Avant son tour du monde, elle menait une existence paisible d'ingénieure qualité dans l'aéronautique. Depuis son retour, elle a décidé de «*ne pas mettre le salaire à la base de* [sa] *vie*». Dans les faits, elle a drastiquement réduit le coût de son mode de vie, elle donne des conférences, vend ses livres, fait du bénévolat, «*profite de la vie*» et part régulièrement marcher. «*C'est ridicule de payer pour un appartement où on n'est jamais!*», estime celle qui, désormais, réside entre la maison de ses parents et un petit chalet qu'elle loue au milieu des bois, quand elle ne part pas en vadrouille.

Un dernier conseil de la part de nos baroudeurs? «*Oser*», dit Jean-Baptiste; «*faire le premier pas*», encourage Tony; «*y aller, et ne pas écouter les autres*», pour Caroline. «*On s'imagine que ce n'est pas possible,* résume Tony, *mais quand on se lance, c'est comme si on était porté par l'Univers.*» ●

MARIETTE THOM



© Samuel Socquet

TENDANCE

Orteils au vent

«*Quand on marche nu-pieds, on a presque un sens en plus.*» Lorsque Tony Ecourtemer (en photo) prend la route, il laisse derrière lui ses chaussures. Sentir le sol chauffé par des heures au soleil, la fraîcheur du carrelage d'une église, la caresse des épines de pin sur un chemin… «*On n'y fait pas attention quand on marche avec des chaussures. C'est vraiment une exploration plus riche.*» C'était aussi une conséquence logique de son mode de vie: se faire offrir des vêtements, c'est facile, mais trouver des souliers adéquats sans dépenser d'argent, c'est beaucoup plus dur.

Cette expérience de la marche nu-pieds attire de plus en plus d'adeptes – et pas uniquement les futurs moines bouddhistes. Que reproche-t-on, exactement, aux chaussures? Elles comprimeraient nos pieds, en modifieraient la forme et en réduiraient la vigueur. Marcher pieds nus, au contraire, solliciterait davantage nos muscles et bonifierait notre démarche. Une étude, publiée en 2021 dans *Nature*, démontrait ainsi qu'il suffisait de marcher pendant six mois avec des chaussures minimalistes, apportant peu ou pas de support aux pieds, pour augmenter la force des pieds de 57% et améliorer l'équilibre des participants. Enlever ses chaussures, c'est donc remettre en jambe les nombreux os situés dans les pieds et les chevilles (25% des os du corps humain!), et stimuler une zone riche en terminaisons nerveuses. Tony note alors sa surprise de constater que ses pieds étaient beaucoup plus sensibles après les repas! ● **M.T.**

PRODIGES ET INCONGRUITÉS
ON MARCHE SUR LA TÊTE !

La meilleure façon de marcher, pour certains, c'est à cloche-pied, à reculons, ou jusqu'à en perdre le souffle et mettre sa vie en danger. Pour relever des défis, pour s'amuser… et parfois pour rien.

DÉFI

Épreuves extrêmes

L'ultratrail consiste en une alternance de marche et de course durant plusieurs heures ou plusieurs jours, parfois pendant des centaines de kilomètres. Voici quelques épreuves parmi les plus redoutables.

En pleine nature

L'Ultra-Trail du Mont-Blanc: 171 km et 10042 m de dénivelé positif en 46 h 30 maximum.

Le Tor des Géants: boucle de 330 km et 24000 m de dénivelé positif en 150 heures maximum, dans la vallée d'Aoste, en Italie.

L'Everest Trail Race: 160 km en 6 jours, jusqu'à 4100 m d'altitude, au pied du toit du monde.

Le Marathon des sables: 250 km dans le Sahara, au Maroc, en une semaine, sous des températures pouvant atteindre 50°, en portant sa nourriture sur soi.

Le North Pole Marathon: 42,195 km sur la banquise du pôle Nord, avec des températures baissant jusqu'à -40°, sans limite de temps.

En ville

L'Ultra Trail Montmartre: 271 montées des escaliers de la butte, en 25 heures et 12 minutes maximum.

Le plus long du monde: le Self-transcendence 3100 Mile Race, 5649 tours d'un quartier du Queens, à New York, soit 4989 km, en 52 jours max. ●

DANSE

Marches chorégraphiées

Les marches de zombies

The Walkind Dead en a rêvé? La réalité l'a fait. Parfois programmés à des fins caritatives, les défilés de faux zombies grognants et désarticulés connaît un succès croissant depuis la première organisée à Sacramento en 2001. La première, à Toronto, rassemblait 7 participants. Ils sont maintenant plus de 15000, comme à Mexico City.

La marche en mille-pattes

En Chine, la marche synchronisée et chorégraphiée peut rassembler jusqu'à 500 participants aux pieds reliés par des élastiques, coordination exigée.

La danse de l'autruche

En 1964, avant de fonder l'illustre et sulfureux Velvet Underground, Lou Reed et John Cale officiaient dans un autre groupe rock, le bien nommé The Primitives. Ils se sont alors fendus d'un single intitulé *Do the Ostrich*, une danse acrobatique préconisant de marcher sur la tête de son partenaire allongé à terre. Jusqu'à présent, l'OMS n'a pas jugé opportun de conseiller cette activité. ●

OBSESSION

Accros du podomètre

10000 pas quotidiens, sinon rien! Podomètre au poignet, les plus consciencieux évitent bus, ascenseurs et escalators, voire tournent en rond dans leur salon pour que le compte soit bon. Les moins scrupuleux resquillent en gigotant de l'avant-bras, le fixent à leur chien… ou le confient à un ami plus sportif. Haruki Murakami, l'écrivain japonais passionné de course à pied, raconte ainsi dans *Autoportrait de l'auteur en coureur de fond* (Belfond, 2007) qu'il a déjà prolongé une sortie nocturne uniquement pour atteindre un chiffre rond sur son podomètre. Et pourtant… Si la règle des 10000 est l'argument marketing trouvé dans les années 1960 par une entreprise japonaise, il ne repose sur aucun argument scientifique. L'Organisation mondiale de la Santé ne préconise aucunement 10 000 pas par jour, mais deux heures trente d'exercice modéré au fil de de la semaine (le double après 60 ans). Donc vingt à trente minutes par jour en moyenne, qu'il s'agisse de la marche rapide… ou autre chose. ●



© Zikolra / Getty



EXOTISME

Pas d'ailleurs

La marche nordique
Amélioration du système cardiovasculaire, renforcement musculaire global, soulagement des articulations, prévention de l'ostéoporose… Avec l'usage de ses fameux bâtons, ses bienfaits sont scientifiquement attestés. Elle dérive de l'entraînement des skieurs de fond finlandais et a commencé à se répandre dans le monde voici une cinquantaine d'années.

La marche afghane
Cette pratique fut popularisée à partir des années 1980 par l'économiste Edouard G. Stiegler, qui la tenait de caravaniers afghans, les Maldars. Elle consiste à synchroniser les pas et la respiration suivant la nature du terrain, et permettrait de développer l'endurance jusqu'à parcourir 700 km en dix jours. Tout cela sous réserve de confirmation scientifique. ●

INSOLITE

Compétitions improbables

Le championnat du monde de porter de femme
Chaque année, à Sonkajärvi, en Finlande, de galants hommes doivent porter une femme dans un parcours de 253,5 m exactement. Elle doit peser au minimum 49 kg: sinon, il faut crapahuter avec un sac à dos en prime. Madame est véhiculée assise sur les épaules, ou portée sur une seule épaule, ou bien la tête en bas, jambes autour du cou du porteur. Le couple vainqueur remporte le poids de Madame en bière. Non, ça n'est pas que pour la beauté du geste…

La marche sur les mains
Elle se veut une course, mais, dans les faits, on ne va pas bien vite: les épreuves de marche sur les mains s'intègrent au CrossFit, un entraînement musculaire associant haltérophilie, gymnastique et cardio. Il s'agit en l'occurrence de parcourir une certaine distance, le plus souvent 100 yards (soit 91,44 m), la tête sur terre et les pieds dans les étoiles.

La marche à quatre pattes
Oui, il existe des compétitions de marche à croupetons. Mais pas pour adultes, étrangement: pour bébés. Par exemple, en Lituanie, c'est la tradition depuis 1999 à l'occasion de la Journée internationale de l'enfance. Ou encore, les basketteurs des Sacramento Kings proposent eux aussi des courses de poupons à la mi-temps des matchs de la NBA.

La marche à reculons
Le *retro-walking* consiste à marcher à reculons plus vite que les autres, sur plusieurs kilomètres. Le *retro-running* est plus corsé: on peut courir jusqu'à 42 km en arrière, soit la véritable distance d'un marathon. En revanche, en 1931 et 1932, le dénommé Plennie L. Wingo a accompli l'exploit inégalé de traverser à reculons les États-Unis, puis une partie de l'Europe jusqu'en Turquie. 13 000 km. Chapeau l'artiste.

Le zorbing
Il exige de marcher à l'intérieur d'une grosse bulle en plastique, sur le sol ou sur l'eau. Les records en la matière: 100 m en 23 secondes sur terrain plat, et, en descente, 570 m, jusqu'à 52 km/h.

La marche en talons hauts
À Madrid ou Berlin, mais aussi à Moscou, des compétitions de marche en talons hauts opposent des femmes (et quelques hommes) pour marcher ou courir sur des distances données, perché(e)s sur 7 cm au minimum. ●

INCONTOURNABLE

Passages piétons à fouler une fois dans sa vie

Le plus célèbre
Celui d'Abbey Road, traversé par les Beatles sur la pochette de l'album éponyme paru en 1969. Depuis, des millions de personnes sont venus s'y faire prendre en photo (y compris votre serviteur). Pas mal pour un cliché improvisé parce qu'il en fallait bien un, lors d'une séance qui n'a duré que quelques minutes…

Le plus grand
Celui, protéiforme, du carrefour Shibuya, à Tokyo, traversé par 2500 personnes à chaque feu vert. Plus fort que Times Square, qui paraît un rien boudiné.

Le plus petit
Portatif et pliable, il tient dans la poche de son concepteur belge, qui peut ainsi le déployer partout où il souhaite traverser, en espérant que les voitures freineront toujours…

Le plus drôle
Dans la petite ville d'Orje, en Norvège, un panneau à l'effigie de John Cleese vous invite à traverser avec la démarche la plus stupide possible. ●

JEAN-FRANÇOIS MARMION

© Ekaterina Zakharova / Getty





© Vadim Paripa / Unsplash

MARCHER AVEC LES AUTRES

Entre celui qui veut aller plus vite, celle qui fait des pauses toutes les dix minutes, le bavard qui commente chaque caillou et l'introverti qui rêve de perdre tout le monde au prochain embranchement, la marche à plusieurs est une comédie humaine à ciel ouvert.

Mais c'est aussi une merveille. Car marcher ensemble, c'est synchroniser ses pas, son souffle, ses râleries et parfois même ses silences. Et puis, la marche collective, c'est aussi une histoire de territoires : les piétons face aux trottinettes, les poussettes contre les SUV, les citadins enjambant les pistes cyclables. Une géopolitique à l'échelle du pas. Tant qu'il y aura des trottoirs, des sentiers, des gens et des jambes, il y aura des occasions de se retrouver. À condition, bien sûr, que tout le monde soit d'accord sur la direction. Ou pas…

SOCIOLOGIE

Tout faire à pied, le luxe suprême ?

La marche n'est pas également répartie ni investie de la même façon selon l'âge, le lieu où on vit, le métier qu'on exerce et la catégorie socioprofessionnelle à laquelle on appartient. Elle varie aussi, dans une certaine mesure, en fonction du genre.

Marcher? De quoi parle-t-on, au juste? Loisir ou contrainte? Choix par défaut ou privilège? Longer chaque jour une voie rapide sur 300 mètres pour attraper un bus et pointer à temps au boulot n'offre pas la même expérience que randonner dans le Queyras – même si, dans les deux cas, il s'agit bien de mettre un pied devant l'autre...

Pour les urbanistes et les élus responsables de l'aménagement urbain, la marche est un moyen de déplacement au même titre que l'usage du train, du métro, de la voiture ou du vélo, en concurrence avec ces autres formes de mobilité. À cette aune, la pratique ne s'avère pas du tout universelle. Au contraire, comme mode de transport, elle apparaît curieusement minoritaire. D'après la dernière enquête menée par l'Insee sur la mobilité des personnes (qui regroupe les trajets domicile-travail aussi bien que les courses, les visites amicales et familiales, les rendez-vous médicaux...), près de 23,9% des parcours locaux sont effectués à pied (1). À l'échelle de la France, cette proportion pédestre aurait un peu augmenté par rapport à l'enquête précédente produite dix ans auparavant. Mais bien sûr, il s'agit d'une moyenne. Outre qu'il n'intègre ni les promenades sans autre but qu'elles-mêmes (pour prendre l'air ou sortir le chien), ni les trajets dits «multimodaux», c'est-à-dire réalisés en partie seulement à pied (pour se rendre à la gare, à l'arrêt de bus...), ni les déplacements hors de l'espace public (dans une gare, un entrepôt, un centre commercial), ce chiffre unique masque la disparité des situations et des pratiques.

Certains piétinent et arpentent plus que d'autres. Ainsi, toujours selon l'enquête Insee sur la mobilité des personnes, les femmes, qui effectuent 25,8% de leurs trajets à pied, marchent plus que les hommes (22%), suggérant que prévaut encore un modèle de couple assez traditionnel où l'homme, pourvoyeur de ressources, utilise la voiture pour se rendre à son travail, tandis que la femme cumule davantage de petits circuits locaux liés au soin des enfants et au ravitaillement du foyer. Le cas échéant, les hommes enfourchent plus volontiers leur vélo tandis que les femmes, encore elles, se retrouvent plus nombreuses parmi les piétons.

La mobilité instrumentée, à plus forte raison motorisée, se distingue de la marche par un souci de maîtrise, d'extension du rayon d'action. Depuis l'après-guerre, rappelle Frédéric Héran, économiste des transports et auteur de *La Ville morcelée* (2011), «*l'usage de la voiture a été vu comme une conquête*» qui ouvre des possibilités, marque un territoire agrandi. Ce qui, par contraste, a fait du piéton une créature dépourvue (de permis de conduire, de moyens), lente (forcément) et vulnérable (à la pollution, aux intempéries, aux véhicules alentour), de surcroît solitaire. Les personnes seules, nous apprend l'Insee, adoptent la marche pour près du tiers de leurs trajets locaux, contre seulement 19% pour celles qui vivent à plusieurs. Pas évident, en effet, d'emmener ses enfants parcourir un kilomètre à pied (la distance moyenne des déplacements de ce type) pour aller à l'école ou à la poterie. Afin de s'épargner cette épreuve, beaucoup préfèrent caser les bambins à l'arrière de la voiture ou emprunter les transports en commun.

Dans ces conditions, on ne s'étonnera pas de voir les bipèdes d'âge actif, *a priori* en bonne condition physique, délaisser la pratique pédestre. Si les jeunes (moins de 18 ans) et les plus âgés (plus de 65 ans) effectuent le tiers de leurs déplacements à pied, c'est entre 45 et 54 ans, période souvent culminante dans les carrières, qu'on marche le moins (15,3% seulement de pédibus dans cette tranche d'âge). Envisagée comme moyen de transport, la marche signalerait-elle une position dominée ou une forme de relégation?



© Melissa Schriek

UN CHOIX PAR DÉFAUT?

Pas si simple. À voir les diplômes des piétons, tels que classés par l'Insee, l'affaire paraît peu conclusive, voire déconcertante. Ceux qui ne disposent d'aucun diplôme arpentent davantage (ils réalisent environ un tiers de leurs déplacements à pied) suivis des titulaires du brevet des collèges ou équivalent (qui en effectuent le quart). Ce qui accréditerait l'idée de marcheurs relégués en bas de l'échelle sociale, s'ils n'étaient pas talonnés eux-mêmes de très près par... les plus diplômés, à savoir, en l'occurrence, les détenteurs d'un diplôme supérieur à bac+2. En revanche, du CAP jusqu'au bac+2 inclus, on marche moins. Bizarre? En réalité, les données agrégées au niveau national ne prennent sens qu'une fois intégrées les contraintes géospatiales françaises, très contrastées.

Car bien sûr, lit-on encore dans l'enquête Insee, la marche est «*bien plus présente dans les communes denses*», où elle compte pour près du tiers des déplacements (32,4%), que dans les communes de densité intermédiaire ou très peu denses (où elle ne représente respectivement que 20% et 15,8% des courses). Pratiqué depuis l'après-guerre et toujours à l'œuvre dans les villes petites et moyennes, l'étalement urbain décourage ceux qui voudraient faire usage de leurs pieds. Qui aurait envie de parcourir quotidiennement à pied 5 ou 10 kilomètres entre le pavillon d'une zone résidentielle périphérique et l'hypermarché, lui-même situé dans une zone commerciale périphérique? Personne, à moins d'y voir une façon de «*percevoir la dévastation du monde*», comme le préconisait Ivan Illich, penseur de la «convivialité» et contempteur de la modernité industrielle...

Dévalorisée ou ignorée par les élus et les urbanistes depuis des décennies, la marche est, de fait, devenue réellement difficile, voire impossible dans la plupart des communes

rurales ou même dans des villes moyennes. Parce que tout a été aménagé et pensé pour des automobilistes – quelquefois pour des cyclistes – au détriment, en particulier, des trottoirs (*lire p. 70*). «*À Agen*, indique Frédéric Héran, *des pistes cyclables ont été installées. Aux beaux jours, les piétons doivent se faufiler entre les cyclistes et les clients attablés aux terrasses des cafés. Ils n'ont quasiment pas d'espace.*»

Et dans les centres-bourgs vidés de leurs commerces, marcher devient un choix par défaut. Dans *Ceux qui restent* (2019), son ouvrage sur les jeunes adultes des «*campagnes en déclin*», Benoît Coquard montre que dans les bourgs frappés par la désindustrialisation, la pratique est carrément stigmatisée. «*Les jeunes précaires* [...] *se distinguent tout de suite parce qu'ils ne possèdent pas de voiture et se déplacent à pied dans les rues*», écrit le sociologue, et chaque cheminement «*semble improductif aux yeux des gens du coin et dénué de but précis*». Célia, une de ses enquêtées, aide-soignante dans une localité de Haute-Marne, se souvient avoir elle-même «*traîné*» dans les rues pendant son adolescence; elle explique que les jeunes y «*chopent une réputation*» de «*cassos*» (cas social).

C'est entre 45 et 54 ans que l'on marche le moins.

À Paris et dans les centres denses des métropoles importantes, une tout autre dynamique est à l'œuvre, au profit de cette «mobilité douce» qu'est la marche. Socialement valorisés, les piétons sont devenus la priorité des urbanistes: végétalisation, limitation de la vitesse des véhicules motorisés... «*Il y a un demi-siècle, la place de la République, une des plus grandes places parisiennes, était aménagée à 80% pour la circulation ou les voitures stationnées, il ne restait que 20% de l'espace pour les piétons. Aujourd'hui, c'est l'inverse*, indique Frédéric Héran. *Le paradigme automobile est en train de craquer.*» Entre la boulangerie, le bureau, l'école, le bistrot et le cinéma, rien de plus agréable (ni de plus prestigieux) pour les citadins que de pouvoir «*tout faire à pied*». Dans la capitale comme à Lyon, Lille, Bordeaux ou Nantes, les habitants du centre-ville se targuent de vivre «*comme dans un village*».

Ce privilège, car c'en est un, se paie : les prix immobiliers se sont envolés. Les plus aisés peuvent ainsi effectuer, appli à l'appui, les 10 000 pas quotidiens qu'ils croient préconisés par l'Organisation mondiale pour la santé. Nettement plus diplômés que la moyenne nationale, ces piétons-là ne ressemblent guère à ceux que l'on croise dans les centres-bourgs désertés.

UN MARQUEUR CULTUREL

Changeons la focale. Envisagée comme un loisir ou comme un sport, la marche reste paradoxale: apparemment à la portée de tous, elle se révèle, *de facto*, distinctive. D'après l'enquête publiée en 2024 par l'Institut national pour la jeunesse et l'éducation populaire (Injep), chargé des statistiques sportives nationales, 48% des Français de plus de 15 ans ont pratiqué au moins une fois dans l'année écoulée la marche (randonnée, marche nordique, marche athlétique) ou la course à pied, ce qui en fait la catégorie d'exercices préférée dans l'Hexagone (davantage, par exemple, que la gymnastique, les sports nautiques, etc.) à l'exclusion des promenades de détente, prisées par 68% d'entre eux de façon régulière ou occasionnelle. Gratuite, ne nécessitant pas d'apprentissage ni de condition physique exceptionnelle, accessible aux débutants, aux personnes âgées, «*à la frontière entre activité physique et sportive et loisir, la balade est de loin l'activité la plus répandue*», indique de son côté l'Insee dans son portrait social de la France (2022).

C'est aussi la plus paritaire, prisée des femmes comme des hommes. Pourtant, même la simple promenade discrimine ses adeptes. Plus d'une personne sur dix (13%) se déclare sans aucune activité physique (loisir ou sport) au cours des douze mois écoulés, «*pas même une balade en forêt*». Plus âgées que la moyenne, ces personnes sédentaires sont «*plus souvent des femmes, fréquemment issues des catégories sociales défavorisées et rencontrent davantage de difficultés financières*» (2). Marcher exige donc des ressources minimales insoupçonnées.

Privilégier l'exercice physique en milieu naturel, voilà qui est éminemment culturel. Après Pierre Bourdieu (3), le sociologue Christian Pociello a montré que la pratique d'un sport, et de tel ou tel sport en particulier, est liée à la place occupée dans l'espace social (4): les sports de nature, individualistes, exercés dans un espace ouvert, valorisant la liberté, sont davantage pratiqués par les catégories socio-professionnelles supérieures, tandis que les sports collectifs (surtout le foot) et ceux qui font appel à la force (boxe, catch) séduisent les classes populaires. Dans l'«espace des sports» tel que représenté par Christian Pociello en 1990, la randonnée pédestre attire les classes moyennes diplômées, surtout celles dotées d'un important capital culturel (5). Ascétisme, goût de la «nature» et de l'effort gratuit (pas destiné à marquer un but, à gagner un match) opèrent comme autant de signes de la bourgeoisie.

Pour François Bellanger, à la tête du Prospective Sport Lab, entre *think tank* et cabinet de conseil, la marche séduit de plus en plus les citadins stressés, et parmi eux les CSP+: «*Les cadres ont envie de s'adonner à des loisirs qui ne sont pas directement compétitifs. Ils aspirent à l'espace, au sentiment de liberté, au temps long, à ce luxe qu'est la déconnexion numé-*

rique.» Si la marche permet de mettre à distance l'injonction à la compétitivité, des logiques distinctives restent malgré tout à l'œuvre dans cette pratique, visibles dans le choix de l'équipement (chaussures, gourdes, gilet et duvet ont gagné en sophistication depuis une quinzaine d'années) et celui des destinations (le GR20 en Corse, le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, le Queyras, voire le Kilimandjaro). «*Plus on grimpe en altitude, plus on s'élève dans l'échelle sociale*», résume de son côté Léna Gruas, sociologue des sports de montagne et du rapport à la nature. Il semble aussi que les femmes se fassent plus rares à mesure qu'on prend de la hauteur, de même que les personnes racisées. Pour sa thèse **(6)**, la chercheuse a mené une enquête de terrain dans quatre massifs alpins (les Bauges, Belledonne, les Aiguilles rouges, le parc naturel de la Vanoise), interrogé directement une trentaine d'individus et épluché plus de 2500 questionnaires. Résultat? Par rapport à la population générale, celle des marcheurs en montagne se caractérise par un revenu annuel plus élevé, 28000 euros en moyenne en 2021 (la médiane nationale se situe autour de 22200 euros).

Chez les amateurs de randos plus aventureuses (bivouacs, zones plus sauvages, moins balisées) et plus lointaines (au Kilimandjaro, au Népal), il monte à 33000 euros. Léna Gruas a également repéré une surreprésentation flagrante des titulaires d'un master ou d'un doctorat (46%, contre 10% dans la population générale), des cadres et des salariés de la fonction publique, surtout des enseignants. Tandis que le ski hors-piste intéresse particulièrement les ingénieurs et membres des professions libérales, et parmi eux, une très nette majorité d'hommes: fondus de maîtrise technique, ils se montrent plus enclins à prendre des risques. La marche en montagne, plus calme, contemplative et propice à un certain recueillement, séduit en particulier... les diplômés en sciences humaines. ●

(1) Contre 8,5% en transports en commun, 2,6% à vélo et 63,6% en voiture. Voir Charline Babet et Corentin Treviet, «Marcher et pédaler: les pratiques des Français», ministère de la Transition écologique, décembre 2021, d'après l'enquête «Mobilité des personnes», 2019, SDES/Insee.

(2) «France, portrait social», Insee Références, 2022.

(3) Pierre Bourdieu, «Comment peut-on être sportif?», dans *Questions de sociologie*, Minuit, 1981.

(4) Christian Pociello, «L'espace des sports» (1990), dans *Les Cultures sportives*, PUF, 1995.

(5) En 2019, une étude de marché souligne que les catégories socioprofessionnelles supérieures se trouvent surreprésentées parmi les randonneurs. Voir «Les clientèles du tourisme de randonnée pédestre», Atout France, en partenariat avec la Fédération française de randonnée pédestre, 2019.

(6) Léna Gruas, «Côtoyer les sommets, coexister avec l'animal sauvage. Contribution à la sociologie des pratiques sportives en milieu naturel», thèse soutenue à l'université Savoie-Montblanc, janvier 2022.

ÈVE CHARRIN



© © Dust & Pixels / Unsplash

NICHE

Le marché de la marche

Gratuite, la marche? Comme la quasi-totalité des activités humaines au 21e siècle, elle peut être vue comme un secteur porteur, un filon à exploiter, bref, un marché. Plus urbains et plus diplômés que la moyenne nationale, disposant de revenus plus confortables (41% appartiennent aux catégories socioprofessionnelles supérieures, d'après l'enquête Atout France de 2019), les randonneurs s'avèrent la cible d'une offre toujours plus diversifiée. Aux chaussures anatomiques, gilets multipoches et tentes de bivouac ultralégères en vente chez *Decathlon* ou *Au vieux campeur* s'ajoutent moult guides, topographiques ou thématiques, de *Treks. Le guide pour oser l'aventure* à *80 randonnées sur les GR de France*... Parce que la marche oscille entre lâcher-prise et maîtrise, le randonneur rêve d'une découverte planifiée, d'un imprévu sur commande. Plutôt que d'acheter un topoguide ou une carte IGN, les plus connectés peuvent télécharger une application *ad hoc*, comme Helloways, start-up fondée en 2017, qui propose plus de 2000 itinéraires en France ou en Belgique, de 9,90 euros, pour «*2 randos premium téléchargeables*», à l'abonnement annuel «*sans pub*» à 39,90 euros par an, sans compter les données personnelles des utilisateurs, que l'entreprise pourra exploiter et revendre. La balade a trouvé son «*business model*». ● **È.C.**

PIÉTONS/VOITURES
Une lutte d'espace

Par **Cédric Feriel**

Sur tous les continents, la ville réinvente la rue. Piétons, voitures, vélos, trottinettes : l'espace urbain devient le théâtre de nouveaux compromis plutôt que d'un renversement des usages.

L'image est saisissante. Fin mai 2009, en plein New York, des chaises longues sont installées au milieu de la chaussée de Times Square, là même où s'écoulait encore quelques heures auparavant le trafic dense et nerveux de la Grosse Pomme. Posées à même le bitume, elles sont rapidement investies par des badauds, allongés à l'ombre des buildings aux façades couvertes de panneaux publicitaires lumineux. Un jeune homme dribble sur les marquages au sol. Puis la foule, bientôt compacte, vient déambuler sur les 400 mètres de Broadway qui viennent d'être fermés à la circulation, entre la 42e et la 47e rue. Le signe d'un changement d'époque? L'annonce d'une victoire tardive des piétons sur le «tout-automobile» du 20e siècle? C'est en tout cas le message qu'entendait faire passer la ville de New York, qui, au même moment, piétonnisait d'autres lieux emblématiques de la ville.

Les années 2010-2020 furent celles d'une importante transformation de la physionomie des artères des grandes métropoles, surtout en Europe et en Amérique du Nord. Mais aussi celles de la mise en place d'un récit, celui d'un partage de l'espace de la rue, et de l'idée d'inverser le «rapport de force» dans le conflit entre le piéton et l'automobile. D'abord centrée sur des opérations de piétonnisation (Piétonnier de Bruxelles en 2015, requalification des places de Paris et berges de Seine), cette transformation s'est accompagnée, particulièrement depuis 2020, de l'aménagement de pistes cyclables occupant désormais une bonne partie de la chaussée auparavant dédiée à l'automobile. Réputés «apaisés», ces nouveaux espaces n'en ont pas moins créé leur lot de nouveaux conflits (piétons/vélos; piétons/trottinettes).

Les changements sont indéniables. Pour autant, assiste-t-on vraiment à un renversement de paradigme? C'est ici un bon sujet pour un historien. En effet, les discours politiques et médiatiques sous-entendent une trame historique: avec l'automobile serait apparue, au début du 20e siècle, une lutte piéton/automobile. Le 20e siècle aurait privilégié le conducteur, le 21e siècle entendrait donner l'avantage au piéton, jusqu'à inventer la «ville marchable» (1). Dans ce récit à deux temps, il y a pourtant matière à discussion.

LA RUE COMME ESPACE DE CONFLITS, UNE NOUVEAUTÉ?

Inversons la perspective. La rue était-elle un domaine apaisé avant l'irruption de l'automobile? La question de la rue comme espace de conflits peut donner lieu à de multiples récits historiques qu'il ne faut pas confondre, si on veut comprendre la signification qu'a prise le problème piéton/voiture dans nos sociétés contemporaines. En effet, une partie des nuisances reprochées à l'automobile existait avant elle. On sait ainsi que, pour limiter le bruit dans les rues, la circulation des charrettes et chars était interdite la nuit à Rome sous l'Empire (2). Dès le 17e siècle, Nicolas Boileau rapporte des embouteillages de carrosses à certaines heures dans les voies de Paris, et les photographies noir et blanc des artères de la capitale française ou de Londres à la fin du 19e siècle montrent un trafic hippomobile proche de la saturation sur certains axes. Enfin, la sécurité des piétons est un sujet de préoccupation depuis bien longtemps. Dans les années 1780 déjà, Louis-Sébastien Mercier relate, dans son célèbre *Tableau de Paris* (1781), comment il a été renversé trois fois dans sa vie, «*sur le point d'être roué tout vif*» par les voitures à cheval, et appelle à prendre en compte ceux qui vont à pied.

Cédric Feriel est maître de conférences en histoire contemporaine à l'université Rennes-II, membre du bureau de la Société française d'histoire urbaine, membre des comités de rédaction des revues *20 & 21. Revue d'histoire* et *Métropoliques*. Il a publié *La Ville piétonne. Une autre histoire urbaine du 20e siècle?* (Éditions de la Sorbonne, 2022).



Une partie des nuisances reprochées à l'automobile existait avant elle.

L'automobile ne crée donc ni le bruit, ni la saturation, ni l'insécurité dans la rue, même si elle porte incontestablement le sujet à un autre niveau. Il existe ainsi une histoire de longue durée de la régulation de la rue en Occident, pour tenter d'ordonner, à divers moments, les conflits d'usages de l'espace par différents moyens. L'apparition des trottoirs (Pompéi dans l'Antiquité), la mise en place des portiques (Bologne au Moyen Âge), les premiers sens uniques (Amsterdam, 1852) précèdent de loin l'invention de la voiture à moteur. On pourrait tout aussi bien affirmer que la phase des années 2010-2020 ne représente qu'une étape dans la succession des régulations de la rue.

De son côté, la figure du piéton y tient une place qui, de fait, est demeurée longtemps inférieure à une automobile jugée prioritaire. Peu à peu rapatrié sur les trottoirs au cours du 19e siècle, appelé à intérioriser des règles précises d'usage de l'espace public (passages cloutés, bientôt feux de circulation), le piéton, discipliné, devient une catégorie juridique avec l'invention du code de la route (1921 en France). La défense de sa sécurité et, surtout, la volonté de réaffirmer sans cesse l'importance de lui consacrer une aire significative dans la rue justifient dès lors la création d'associations militantes spécialisées, comme Les Droits du piéton en France (1959), ou encore la Fédération internationale des piétons (IFP) fondée en 1963. Le récit historique des régulations de la rue motive aujourd'hui grandement le récit politique actuel d'un renversement de paradigme. Mais cette vision reste incomplète.

L'OPPOSITION PIÉTON/AUTOMOBILE, UN CONFLIT POUR UN AUTRE

En effet, la question du conflit piéton/automobile s'est doublée d'un second récit historique qu'on peut considérer comme plus important encore. Celui-ci a porté cette fois-ci sur la dimension symbolique de la figure du piéton et de la voiture. La construction d'un imaginaire de l'automobile est connue et a été bien étudiée (3), et sa charge symbolique dépasse largement l'objet matériel lui-même. Image d'une société industrieuse, moderne et organisée, l'automobile a porté en elle, au début du 20e siècle, plus qu'un simple problème de régulation du trafic. Elle a été le visage d'un nouveau futur pour l'Occident. Il est ainsi saisissant d'observer la place donnée à la voiture dans les projets des avant-gardes architecturales des années 1920-1930, de Le Corbusier à Frank Lloyd Wright, alors même que le taux de motorisation réel est très bas, en particulier en Europe. Restructurer la ville autour des circulations rapides motorisées devient un modèle d'avenir, symbolique, plus qu'une réponse à un problème immédiat. Là se situe la vraie rupture. C'est pourquoi l'automobile se trouvera au cœur de la fameuse charte d'Athènes, discutée par les milieux de l'architecture moderne dès 1933, et qui pose les bases d'une cité fonctionnelle par-

© Michel Renaudeau / Gamma-Rapho / Getty Images

faitement organisée (ces fonctions étant: habiter, travailler, se récréer et, bien sûr, circuler). Le document, ou plutôt son interprétation, fera l'objet de bien des critiques, considéré responsable d'un urbanisme perçu comme «*bétonneur*» et «*déshumanisant*» au cours des années 1960-1970.

Dans ce processus, le piéton va lui aussi bénéficier d'une nouvelle charge symbolique. Au lendemain de la Seconde Guerre mondiale, face à l'horreur d'un conflit né au cœur de l'Europe, les milieux de l'architecture moderne vont reprendre de façon autre leurs travaux sur la ville à laquelle ils vont réattribuer un rôle «civilisationnel» fondamental. En 1951, réunis à Hoddesdon, au nord de Londres, ils vont mettre à leur agenda ce qui pourrait apparaître comme la fonction omise de la charte d'Athènes: la centralité urbaine, l'urbanité. Il ne suffit donc pas d'habiter, de travailler, de se recréer et de circuler. Officiellement, la rencontre n'est pas focalisée sur le piéton, mais sur une notion: le «*core*», difficilement traduisible (le terme associant le sens de «coeur», «noyau», «âme», «centre», «essentiel»). Si les débats sont nombreux, les architectes présents se mettent d'accord pour la qualité principale de cet espace qui fait de la ville un vecteur de civilisation: il doit être piétonnier.

Le piéton devient donc le symbole du citoyen, de l'homme de raison, ouvert à l'autre et capable d'échanger des idées. Il est l'incarnation d'une société différente, pas seulement mécanique et individualiste, mais fondée sur le lien et la prise en compte des autres. Ainsi, le conflit piéton/voiture en vient à en symboliser un autre, celui d'un choix entre deux futurs: un monde régi par la machine, ou bien axé sur la civilisation – tel que le mot était alors compris. En somme, un imaginaire de la ville moderne mais funeste, ou de la ville heureuse. Cet imaginaire a une force telle qu'il continue, près de soixante-dix ans après sa formulation, à tenir une place centrale dans nos débats. Une histoire du conflit piéton/voiture doit croiser ensemble les deux fils d'une histoire des régulations de la rue d'une part, et d'une histoire d'un imaginaire de l'autre.

À LA RECHERCHE DE LA VILLE HEUREUSE

Saisie à la croisée de ces deux fils, l'histoire urbaine contemporaine ne se lit plus à travers l'idée d'un «grand renversement de paradigme» qui opposerait le «tout-automobile»



CONFLITS D'USAGERS
Vers l'apaisement ?

Les années 2010-2020 sont-elles en train de redessiner en profondeur les données du conflit piéton/automobile ? L'opposition entre les deux symboles reste au cœur de nombreux projets, parfois de grande ampleur. Depuis son plan de mobilité 2013-2018, la ville de Barcelone a lancé une ambitieuse politique de superblocks par laquelle elle entend former des microquartiers piétonniers (formés de neuf pâtés de maisons) dans lesquels la voiture serait interdite. À Paris, les mandats d'Anne Hidalgo ont été marqués par la requalification de grandes places desquelles la circulation automobile n'est pas exclue, mais dont l'emprise spatiale se réduit largement. Depuis 2003, un péage urbain doit dissuader les automobilistes de rentrer dans Londres.

De manière générale, l'aménagement de «zones environnementales» dans les villes est devenue courante.

Pour autant, une nouveauté est certainement de complexifier le panorama avec la promotion d'autres utilisateurs de la rue, comme les cyclistes et les usagers des EDPM (engins de déplacement personnel motorisés), en particulier des trottinettes électriques. Les conflits d'usages, plus variés (et tout aussi tragiques, tel le décès d'une piétonne renversée par une trottinette à Rennes en 2024), ne sont pas étrangers à l'avancement de la notion d'«apaisement», qui a la particularité de n'exclure *a priori* aucun usager, pour dépasser la figure du conflit. Peut-être la marque du «meilleur compromis possible» actuel. ● **C.F.**

© Dr D Sietsema / V-Square Photography / Getty

Le piéton devient le symbole du citoyen, de l'homme de raison, ouvert à l'autre.

du 20e siècle au «tout-piéton» du 21e siècle. Au contraire, il invite à mettre en avant la manière dont les sociétés ont cherché à chaque fois un «meilleur compromis possible», selon les priorités du temps. Le conflit piéton/automobile apparaît alors moins comme une lutte (du piéton contre la voiture) que comme une façon de recomposer sans cesse le problème de la ville à la fois moderne et heureuse. Trois phases se dégagent.

Les années 1960-1970, loin d'être celles du «tout-automobile», sont celles qui ont consacré la mise en place des politiques de piétonnisation des centres-villes, à l'initiative des municipalités (Rouen, Grenoble, Strasbourg en France, Copenhague, Munich ou encore Amsterdam à l'étranger). S'agissait-il de lutter contre la voiture? Un autre futur urbain a-t-il été manqué? Il faut ici avancer une nouvelle proposition: dans ce «moment piétonnier», c'est le problème du rétablissement du centre-ville (et de sa fonction économique, politique et sociale) qui prévaut, plutôt qu'un véritable renversement de l'automobile elle-même. À l'heure où la croissance urbaine favorise les périphéries, la ville heureuse prend alors le visage d'une ville avec un centre identifié, qui sera dès lors réaménagé pour le piéton.

Les années 1980-1990 voient le thème se reformuler autour de la notion d'espace public. Les grandes villes françaises et internationales ont alors rivalisé de politiques ambitieuses pour se présenter en porte-étendards d'une autre cité possible, comme Barcelone ou Portland. Encore une autre lutte avortée contre l'automobile? À nouveau, il faut certainement approcher la question différemment. Du centre-ville piétonnier à l'espace public, c'est une reformulation de problématique qui s'opère de la centralité (limitée) vers l'urbanité (généralisée) comme réponse à la crise urbaine et sociale.

Depuis le début des années 2000, le thème a été reformulé une troisième fois, autour cette fois-ci de la notion d'espace partagé et de marche en ville. S'il est certainement trop tôt pour en dessiner toutes les caractéristiques (*lire ci-contre*), un élément marquant est celui de la reconnaissance de l'hyperindividualisation des pratiques de la ville, chacun et chacune devant pouvoir disposer d'une part significative de l'espace urbain pour ses usages.

Que conserver de ce bilan? Peut-être l'idée d'en finir avec le mythe d'une fin prochaine de l'automobile dans les villes occidentales, un sujet qui n'a jamais été au cœur de l'histoire. ●

(1) Jeff Speck, *The Walkable City. How downtown can save America one step at a time*, Farrar, Straus & Giroux, 2012.

(2) Jean-Pierre Guilhembet, «Introduction», dans Françoise Michaud-Fréjaville, Noëlle Dauphin et Jean-Pierre Guilhembet (dir.), *Entrer en ville*, Presses universitaires de Rennes, 2006.

(3) Mathieu Flonneau, *L'Automobile au temps des trente glorieuses. Un rêve d'automobilisme*, Loubatières, 2016.

SCIENCES HUMAINES
Faisons connaissance



NOUVEAUTÉ

Consommation et surproduction de viande animale sont devenues un enjeu majeur, le véganisme ne peut plus laisser indifférent !

HORS COLLECTION
ISBN : 978-2-36106-898-1
200 PAGES - 18 €
EN LIBRAIRIE

Éditions Sciences Humaines

TOUTES NOS PUBLICATIONS SUR NOTRE SITE
WWW.SCIENCESHUMAINES.COM
OU SUR COMMANDE EN SCANNANT CE QRcode



BIEN-ÊTRE

Tous ensemble, tous ensemble !

La science le montre : du cortège revendicatif à la rando entre amis en passant par les sorties canines, cheminer ensemble rend plus zen, plus motivé, plus sociable… et parfois plus amoureux.

« *Je marche seul* », scandait le chanteur le plus populaire de France, Jean-Jacques Goldman. Visiblement, se faire « *acteur et voyeur* » pour se « *noyer d'ailleurs* » lui amenait du bien. Et pour cause, la marche solitaire permet de s'aérer l'esprit, se changer les idées, en prenant un minimum soin de son corps. Mais la psychologie sociale nous enseigne que la marche à plusieurs, c'est encore mieux. Alors, que ratait-il en marchant seul, JJG ?

Les Français sont renommés dans le monde entier autant pour leur gastronomie que pour leur promptitude à la manifestation. Mais c'est si bon de râler tous ensemble ! Pour le corps, le moral… et l'identité (1). Parce qu'alors on ne marche pas uniquement contre quelque chose ou

© Ferran Feixas / Unsplash

quelqu'un: on marche avec d'autres. Qui pensent ou ressentent la même chose que nous. En se battant pour plus grand que soi, on se dit que le collectif dépasse la simple somme de nos individualités. Se trouver dans la rue avec des gens qui partagent nos convictions renforce ainsi notre identité sociale («*Je suis un/e/ citoyen/ne/ engagé/e/ et sensible à ce que je crois utile pour mes valeurs, mon pays, l'humanité entière…*»), notre sentiment de cohésion («*Je ne suis pas d'accord, donc je ne me laisse pas faire, et j'agis en cohérence avec mes idées au lieu de pester dans mon coin*») et la confiance en soi («*Je suis quelqu'un de bien, tout de même*»). S'en trouve également conforté ce qu'on appelle le sentiment d'autoefficacité («*Je me sens capable d'influer sur le monde, même à ma petite échelle… qui n'est d'ailleurs plus si petite, grâce à la foule*»). Par définition, en marchant, on refuse de rester immobile, ce qui s'avère crucial aussi pour contrer l'abattement et l'anxiété, surtout dans des contextes de crise sociale ou écologique. Tous ces bénéfices s'observent même lorsqu'on est peu habitué au militantisme.

Le cadre structuré et non violent de la manifestation permet d'exprimer la colère au lieu de la ruminer, parfois avec des slogans humoristiques. Toutefois, hélas, lorsque la mobilisation échoue (petit cortège, énième protestation sans résultats significatifs), ou quand elle se heurte à une répression brutale, les effets peuvent s'inverser à coups de déception, d'impuissance, de sentiment d'injustice, voire de symptômes dépressifs (2). Gare! Marcher avec les autres constitue ici un exutoire valorisant, mais peut donc également révéler nos fragilités, nous placer face à nos limites, à ce biais cognitif que la psychologie qualifie d'illusion de contrôle.

Qu'en est-il des marches collectives en petit groupe et qui ne sont pas motivées (voire transcendées) par une noble cause (ou qu'on juge telle)? C'est-à-dire, lorsque, sans manifester, on pratique la randonnée ou une marche pour le plaisir avec des inconnus ou des amis? D'abord, par la grâce du phénomène appelé «effet de facilitation sociale», marcher à plusieurs favorise l'endurance et la régularité: on couvre de plus grandes distances en prenant les autres à témoin, soit qu'on veuille un tout petit peu épater la galerie, soit qu'on suive joyeusement le mouvement. Aussi épatant pour le cardio, la pression artérielle et le cholestérol que pour l'estime de soi et le bien-être psychologique général! Plus ces marches collectives sont régulières et pratiquées dans un cadre agréable, plus ces effets sont marqués. Mieux encore, il peut arriver que marcher en commun synchronise les respirations, générant une sensation d'unité corporelle et émotionnelle proche de celui qu'on éprouve lors d'un concert, d'une danse ou… d'une manifestation réussie! Ce phénomène de synchronie motrice ou d'alignement comportemental est étudié en psychologie sociale: il renforce la coopération, l'affinité perçue entre participants, et le sentiment d'appartenance (3). C'est pourquoi une simple randonnée entre amis peut devenir une mini-expérience de cohésion tribale, sans tam-tams, mais avec bâtons de marche. Là encore, avancer ensemble est davantage qu'un simple déplacement: une mise en lien.

FLÂNONS AVEC OSCAR

Continuons à dépouiller la marche collective de toute sophistication. Marchons non seulement sans cause aucune, mais dans le plus petit groupe possible: en couple. On dit que l'amour, c'est regarder dans la même direction, et pas forcément dans les yeux de l'autre. En l'occurrence, que chacun se tourne vers l'horizon, et un peu vers ses pieds tout de même, c'est tout aussi valable! À nos côtés, l'autre devient un compagnon de route, pas un adversaire ou un examinateur, ce qui contribue à réduire la tension éventuelle et augmenter la spontanéité mutuelle. Là encore, lorsque deux personnes synchronisent ainsi leur allure, leur posture, leurs gestes et leur humeur, leurs cerveaux les perçoivent comme étant en phase. Résultat, on se sent davantage connecté émotionnellement. Pour un premier rendez-vous, le ciné, le resto, très bien, mais ensuite, essayez donc une petite marche plutôt que le métro…

Une simple randonnée entre amis peut devenir une mini-expérience de cohésion tribale

De plus en plus fort! Qu'en est-il si on marche à deux, non pas avec un autre être humain, mais en promenant son chien? (Car sortir le chat, le lapin ou la tortue, c'est différent.) Sans surprise, on observe des bienfaits sur l'activité physique, ne serait-ce que parce que l'échange avec le toutou (considérons, au hasard, qu'il s'agit d'un berger Shetland prénommé Oscar) booste le taux d'ocytocine (hormone du lien et de la confiance), qui mécaniquement fait baisser celui des hormones du stress, cortisol en tête: c'est déjà le cas si on le caresse à ses pieds (voire sur le canapé ou sur le lit, chacun sa conception de la discipline), mais la balade ajoute au charme. Sans compter que les propriétaires d'un chien se verraient plus susceptibles d'atteindre les recommandations d'activité physique préconisées par l'OMS que les non-propriétaires, grâce aux différentes sorties quotidiennes. En tout cas, ils auraient moins besoin de

consulter un médecin que la population générale, de 15% en moyenne (4). Le cercle vertueux se renforce d'autant plus que la promenade encourage à mettre le nez dehors avec régularité, et en se sentant utile, ce qui constitue deux facteurs de protection contre la dépression. Pas question, comme pour un jogging, de trouver des prétextes pour rester à demeure: il faut sortir! Oscar et consorts deviennent à leur façon des thérapeutes quadrupèdes à l'origine d'«activations comportementales», ou nouvelles habitudes faciles à établir et qui font boule de neige, en jargon psy.

Cerise sur le gâteau, le chien est un excellent facteur de sociabilité: une femme sur quatre semble prête à donner son numéro à un jeune homme qui promène son canidé (le même, sans chien, n'a du succès qu'auprès d'une sur dix (5)). La psychologie sociale parle de facilitateur de contact indirect, dans un tel cas de figure: Oscar représente un prétexte neutre et bienveillant pour initier le dialogue. Il désamorce la peur de l'approche, humanise son propriétaire et crée un point d'attention commun. («*Oh, qu'il est mignon! Bonjour, toi! Bonzou, oui bonzour! Oh t'es tout foufou! Oh t'es tout foufou! Non, mais je parle au chien...*») L'attachement au chien est même fréquemment perçu comme un indicateur de fiabilité, d'empathie ou de douceur, autant de qualités recherchées en amitié comme en amour. Abracadabra! Oscar n'est pas seulement votre meilleur ami, mais votre meilleur agent matrimonial.

Moralité: que ce soit pour dénoncer une injustice avec des milliers de gens sur la même longueur d'onde, pour baguenauder sur les sentiers avec des flâneurs à bâtons nordiques en pensant à l'apéro du soir, pour emprunter symboliquement un chemin commun avec une personne qu'on accompagnerait bien pour toute la vie, ou pour emmener un toutou poilu baveux marquant pointilleusement les arbres de ses phéromones, Jean-Jacques Goldman, plutôt que marcher seul, aurait mieux fait d'inviter quelqu'un à le suivre. Ou de promener Oscar. ●

(1) Silvia da Costa *et al.*, «Social movements and collective behavior: An integration of meta-analysis and systematic review of social psychology studies», *Frontiers in Psychology*, vol. 14, 2023.
(2) Michael Y. Ni *et al.*, «Mental health during and after protests, riots and revolutions: A systematic review», *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, vol. 54, 2020/3.
(3) Lynden K. Miles, Louise K. Nind et C. Neil Macrae, «The rhythm of rapport: Interpersonal synchrony and social perception», *Journal of Experimental Social Psychology*, vol. 45, 2009/3.
(4) Christian Hayley *et al.*, «Encouraging dog walking for health promotion and disease prevention», *American Journal of Lifestyle Medicine*, vol. 12, 2016/3.
(5) Nicolas Guéguen et Serge Ciccotti, «Domestic dogs as facilitators in social interaction: An evaluation of helping and courtship behaviors», *Anthrozoös*, vol. 21, 2008/4.

JEAN-FRANÇOIS MARMION

THÉRAPIE
Bouge de là !

Si vous vous allongez sur le divan de votre analyste en redoutant de le salir avec vos chaussures crottées, vous pouvez essayer sans scrupules la thérapie «*walk and talk*», ou thérapie par la marche et la parole. Elle est encore peu répandue mais s'annonce prometteuse, dans un cadre naturel du moins. En marchant avec votre thérapeute, vous combinerez ainsi les bienfaits de l'activité physique en plein air avec ceux de la psychothérapie traditionnelle. Plusieurs recherches montrent une réduction de la détresse psychologique et une augmentation du bien-être chez tous les participants.

Le mouvement dans un environnement reposant favoriserait une expression plus libre et une meilleure acceptation de soi et des défis de la vie (1). De façon plus ciblée, une étude britannique (2) a comparé la thérapie par la marche à la thérapie conventionnelle en intérieur, chez des hommes souffrant de dépression. Les deux groupes ont connu des améliorations similaires de leurs symptômes dépressifs. Cependant, le groupe des marcheurs a rapporté des progrès plus notables en termes de détresse psychologique globale, d'anxiété et de stress. Suivant des chercheurs belges (3), la pratique semble aussi appréciée par les patients que par les thérapeutes, même si peuvent se poser des problèmes de sécurité, de confidentialité, et de confusion des genres (en marchant, comme on se synchronise, on se prend facilement pour des amis).

Clay Cockrell, qui se présente comme l'inventeur de la thérapie *walk and talk*, vous attend pour déambuler dans Central Park pour la somme attendrissante de 600 dollars les 50 minutes, soit le prix moyen de 24 paires de charentaises. À essayer, si le cœur et les pieds vous en disent. Vous pourrez toujours pratiquer le divan, mais après, pour une petite sieste. ● **J.-F.M.**

(1) Hannah Prince-Llewellyn et Paul McCarthy, «Walking and talking for well-being: Exploring the effectiveness of walk and talk therapy», *Counselling & Psychotherapy Research*, vol. 25, 2025/2.
(2) Andi Dickmeyer *et al.*, « Walk-and-talk therapy versus conventional indoor therapy for men with low mood: A randomised pilot study», *Clinical Psychology & Psychotherapy*, vol. 32 2025/1.
(3) Virginie Samyn, Hubert de Condé et Damien Brevers, «Walk and talk therapy: Qualitative exploration of the therapist's experience», *Revue francophone de clinique comportementale et cognitive*, preprint 2024.

CHORÉGRAPHIE
Les lois du pas de l'oie

Une armée qui marche au pas sur les Champs-Élysées peut susciter la sympathie, mais, quand on n'est pas le 14 juillet et qu'elle avance au pas de l'oie, rien ne va plus. Une marche militaire ordonnée en dit long sur un contexte politique…

Une! Deux! En marchant au pas, un régiment se déplace avec ordre et efficacité: nul ne peut ni quitter les rangs ni tirer au flanc sans se faire immédiatement repérer. Au passage, avec un peu de chance, les ennemis potentiels sont impressionnés. Mais de quand cette pratique date-t-elle?

Les Grecs et les Romains maîtrisaient l'art d'emmener une armée comme un seul homme. Au pas? Difficile à dire. Au Moyen Âge, il était délicat d'entraîner les chevaliers (à cheval, donc) et les fantassins d'un même pas. C'est plutôt après la Renaissance, dans les pays nordiques, que la marche militaire devient un élément essentiel de l'entraînement des troupes. Dans la lignée de Gustave II Adolphe de Suède (1594-1632), qui avait introduit des réformes militaires pour favoriser la discipline collective, les deux premiers Frédéric de Prusse, Frédéric-Guillaume Ier (1688-1740) avec ses grands grenadiers, et surtout Frédéric II, dit le Grand (1712-1786), instaurent une marche coordonnée et soigneusement codifiée pour faciliter le maniement des armes à feu sur le champ de bataille, histoire d'éviter de tirer sur les camarades. Ils font d'une pierre deux coups en transformant la marche cadencée en entraînement quotidien, parfait pour entretenir la discipline.

Parmi tous les pas se distingue le pas de l'oie, où les jambes tendues sont brusquement abaissées avec un claquement sonore du talon. Est-il besoin de préciser que la manœuvre s'exécute une jambe après l'autre, sous peine d'obtenir un résultat diamétralement opposé à l'aura de puissance espérée? Une invention prussienne du 18e siècle, là encore (*Stechschritt*, pour les intimes). L'oie fera des petits dans l'armée du tsar, bien que sur un tempo plus lent, puis dans l'Armée rouge, puis dans différentes armées communistes, avec quelques variantes locales, sans omettre surtout les lourdingues grandes parades nazies ou staliniennes. On maintient la tradition aujourd'hui encore en Chine, en Corée du Nord, et quelques autres lieux parmi les plus bucoliques de la planète. Symbolique et cérémonial, le pas de l'oie demeure une incarnation puissante de l'autorité militaire et de la discipline.



Parade militaire de la SS, au pas de l'oie, en 1938 à Berlin.

© Keystone-France / Getty

Ce qui avait commencé comme une méthode pratique de coordination des troupes est devenu un spectacle de force destiné autant aux ennemis qu'aux populations civiles. Le pas de l'oie illustre aussi comment un simple mouvement peut incarner l'idéologie d'un régime. En démocratie, on marche au pas, certes, mais sans risquer l'élongation ni faire un usage immodéré de talons de bottes. Parfois même avec une lenteur majestueuse et pénétrée.

Détail qui a son importance: hormis pour la parade, le pas de l'oie ne sert strictement à rien sur un champ de bataille. C'est un peu comme le *haka* néo-zélandais, dans un registre non plus énergique et fauve, mais robotique et déshumanisant: ici, pas question d'un rituel tribal vibrant de force primitive, mais d'un cortège d'anonymes inexpressifs et disciplinés. Dans le fond, on n'a pas peur d'un soldat qui défile au pas de l'oie: on le plaint…

À LIRE

John Keegan et Richard Holmes, *Soldiers. A history of men in battle*, Hamish Hamilton Ltd, 1985.

JEAN-FRANÇOIS MARMION

«Un enjeu démocratique se dessine autour de l'accès à la nature»

ENTRETIEN AVEC **Clémence Perrin-Malterre**

En plein essor, la randonnée en montagne semble être l'activité accessible par excellence. Pourtant, elle reste marquée par des inégalités sociales, des différences générationnelles et des rapports de genre.



Clémence Perrin-Malterre est maîtresse de conférences en sociologie, à l'université Savoie-Mont-Blanc, laboratoire «Environnements, dynamiques et territoires de la montagne» (Edytem). Spécialiste des pratiques récréatives en milieu montagnard, elle s'intéresse aux logiques sociales, culturelles et environnementales qui structurent la randonnée pédestre, notamment en montagne.

Quelles sont les évolutions récentes dans la pratique de la marche en montagne?

Au contraire de ce qu'on pourrait croire, elle n'est pas réellement démocratisée. En menant des enquêtes quantitatives auprès de plus de 2500 répondants, dont environ 1000 randonneurs, avant le covid, nous avons constaté que les pratiquants restent pour la plupart issus de milieux socialement favorisés. Ils sont plus diplômés que la moyenne de la population française, bénéficient souvent de revenus plus élevés, mais surtout disposent d'un capital culturel important.

La randonnée paraît accessible à tous, mais suppose en réalité des compétences spécifiques qui ne s'improvisent pas: savoir s'orienter, lire une carte, comprendre un dénivelé… D'autre part, même si les chemins sont balisés, l'effort physique à fournir en montagne s'avère très différent de celui requis en terrain plat. Et puis, il faut savoir anticiper les aléas météorologiques. Un orage en montagne n'a rien de comparable avec un orage en ville, où on peut facilement trouver un abri! De telles compétences sont souvent acquises au sein du cercle familial: beaucoup de marcheurs ont été initiés à la montagne dès leur enfance. Mais il existe aussi une socialisation tardive, notamment chez les étudiants qui découvrent cette pratique à travers des groupes d'amis ou des clubs.

Quelles sont les motivations principales des marcheurs aujourd'hui? Retour à la nature, performance sportive, quête spirituelle?

Elles sont multiples! Pour certains, il s'agit avant tout d'un défi physique: gravir des dénivelés importants, atteindre un sommet, éprouver leur endurance… D'autres recherchent une forme de contemplation esthétique: s'immerger dans la nature, admirer un paysage… Ce dernier aspect reste souvent marqué

© Collection personnelle



par une certaine distance: beaucoup viennent pour regarder un beau panorama, pour profiter d'une vue depuis une cime, mais l'immersion profonde, où on cherche à se fondre dans la nature, apparaît en réalité assez marginale. Le partage de l'expérience est aussi une facette centrale. Rarement pratiquée en solitaire, la randonnée se révèle souvent l'occasion de sorties en famille, entre amis, ou dans le cadre de clubs. Et puis, bien sûr, la dimension bien-être et santé revient régulièrement dans les discours.

Quel est le profil type des marcheurs?

En randonnée, la moyenne d'âge (47 ans dans notre enquête) est plus élevée que dans d'autres activités de montagne, en particulier celles qui requièrent davantage de technicité ou de performance, comme l'escalade ou le trail. Cependant, la distribution dans les classes d'âges se rapproche de celle de la population française, ce qui signifie qu'elle attire un large public.

Les pratiques diffèrent-elles selon le genre?

La randonnée pédestre se montre globalement paritaire, mais certaines différences persistent. Les hommes vont davantage s'impliquer dans des modalités de pratique plus engagées. Les rapports de genre se manifestent parfois par des comportements paternalistes ou condescendants. Par exemple, de jeunes femmes m'ont raconté que des hommes leur proposaient spontanément de l'aide, même lorsqu'elles n'en avaient pas besoin. Cela révèle des stéréotypes persistants, qui sous-estiment souvent leurs compétences.

Les nouvelles technologies ont-elles un impact sur la pratique de la marche?

Oui, mais elles ne concernent pas tous les marcheurs de la même manière. Certaines personnes utilisent des applications pour suivre leurs parcours ou pour s'orienter, mais ce n'est pas généralisé. J'ai le souvenir d'une randonneuse dans les Bauges: elle était perdue parce que son téléphone ne captait plus et qu'elle avait totalement délégué son orientation à une application. Par bonheur, j'ai pu l'aider avec une bonne vieille carte papier... Cet exemple montre bien qu'il existe une forme de dépendance aux outils numériques pour certains. Ceux qui se situent dans une logique de performance, comme les traileurs, y ont davantage recours. En randonnée classique, c'est moins marqué, et certains rejettent même à dessein ces outils pour préserver un rapport plus direct avec la nature.

Quels sont les enjeux contemporains pour la marche en montagne ?

Aujourd'hui, un enjeu démocratique se dessine autour de l'accès à la nature. De nombreux dispositifs éducatifs qui permettaient aux jeunes générations de découvrir la montagne, telles les classes vertes ou les colonies de vacances, disparaissent progressivement pour des raisons économiques et des lourdeurs administratives. Cela risque de freiner l'ouverture sociale de la pratique. Il existe aussi des tensions symboliques entre ceux qui se considèrent comme des pratiquants aguerris, initiés depuis longtemps, et les nouveaux venus qui peuvent être perçus comme moins respectueux des codes implicites de la randonnée. Ces logiques de distinction dévalorisent certaines pratiques ressenties comme moins légitimes par les marcheurs assidus, notamment celles qui sont davantage axées sur la contemplation, moins sportives. Comme si on voyait les nouveaux pratiquants comme des amateurs au sens péjoratif du terme.

PROPOS RECUEILLIS PAR JEAN-FRANÇOIS MARMION

© Anders Nielsen / Unsplash

CARTE BLANCHE

Éloge des chemins

Par **David Le Breton**

En dépit du mouvement qui la définit, la marche est une pause. Refondatrice, elle invite à la redécouverte des sens, de l'autre, de soi.

La marche représente une rupture avec les exigences de rentabilité, d'efficacité, de vitesse. On chemine à quatre ou cinq kilomètres/heure, en s'arrêtant à sa guise. Une journée de marche n'est qu'à une dizaine de minutes de voiture. Immersion dans la lenteur, avec un rythme à soi que ne dicte aucune autorité extérieure, tout en laissant derrière les technologies qui font en apparence gagner du temps au prix d'y perdre sa vie. Activité physique tout entière dans la jouissance de l'instant, la sensorialité heureuse du monde, la marche est tissée d'humilité, de patience, de détours, de belles surprises. Elle reste dans les limites des ressources corporelles propres à chacun, sans recherche de vaines prouesses, elle s'ajuste aux aspérités, aux courbes ou aux difficultés du terrain. Aucun combat avec les éléments pour y imprimer son empreinte personnelle, mais une volonté apaisée de se perdre dans le paysage sans jamais le considérer en adversaire.

«EN VACANCES» DE SOI

Prendre le large pour quelques heures ou quelques semaines est salutaire quand on a le sentiment de se cogner à un mur invisible et que l'esprit appelle à retrouver sa respiration. On s'imprègne des lieux, on se fait parfois arbre dans la forêt ou eau vive avec le torrent tant l'esprit se situe dans la respiration de l'instant. Les sentiers dispensent à foison un univers de rencontres, de solidarités, de civilités. Rien cependant n'est contraint pour ceux qui préfèrent le silence et la solitude.

En prenant la clé des champs, dans l'élémentaire d'un corps à corps heureux avec la nature, en jouant de la lenteur de la progression, de nouvelles dimensions de l'existence se révèlent.

Mettre un pas devant l'autre avec un temps à soi, c'est à nouveau lever les yeux sur son environnement, purifier son regard des routines qui font que le plus souvent on ne voit plus grand-chose autour de soi. Marcher est une méthode pour enchanter les heures, dispenser une provision de trouvailles insolites, de souvenirs, d'images, d'odeurs, de sons glanés au fil du chemin. Loin des commodités du chez-soi se retrouve le contact avec les éléments: le soleil, la neige, le vent, la pluie, la nuit qui tombe, toute la beauté et les surprises d'un monde à portée de pas. Des moments de grâce naissent ainsi liés à la progression au sein d'un paysage vécu par corps, par tous ses sens.

Retrouvailles avec soi, échappée belle pleine de curiosité, de découvertes. Manières provisoires ou durables de changer de personnage, de ne plus être impliqué dans la nécessité de poursuivre une mobilisation trop prenante dans un quotidien où on ne se reconnaît plus. Lors de ces moments, le marcheur se sent «en vacances» de soi. Sans se défaire des liens sociaux, il les met à distance pour reprendre la main, calmer le jeu de sa vie quotidienne ou professionnelle, et s'épanouir dans une activité plaisante où il n'a plus de comptes à rendre à personne. Suspension des contraintes d'identité et des attentes qui les accompagnent, la marche détache provisoirement des responsabilités courantes. En congé de son histoire, abandonné aux sollicitations du chemin, le marcheur connaît une pause au bord de son existence, sans engagement autre que l'instant qui vient. Il prend de cours le tournoiement des tracas qui empêtrent son existence.

En toute liberté sur les sentiers, le regard se promène sur l'environnement, il n'est plus dans la fixité, mais dans la respiration du monde, son immensité, il rompt avec l'hypnose de l'écran et des soucis. On lève enfin les yeux sur autre chose, les animaux, les arbres, les pierres, la lumière des collines, la transparence des étangs, des rivières... On entend à nouveau le silence, le vent dans les branches, le courant des ruisseaux qui dévalent les pentes, la présence des oiseaux... On sent les odeurs innombrables qui diffèrent selon les saisons au gré de la pluie, du soleil... Les lieux se révèlent une expérience

David Le Breton est anthropologue et sociologue, professeur à l'université de Strasbourg, auteur notamment de *Éloge de la marche*, *Marcher. Éloge des chemins et de la lenteur*, *Marcher la vie. Un art tranquille du bonheur*, *La Fin de la conversation? La parole dans la société spectrale* (Métailié, 2000, 2012, 2020, 2024), et *L'Art du vélo* (Payot, 2024).



sensible. La géographie s'incarne au fil des sensations, des émotions du moment. Un paysage ne se réduit pas seulement à la vue matérielle d'un site, il s'inscrit toujours dans une certaine relation à la lumière, à ses effluves, ses textures, les sons qui en émanent… Une sensorialité pleine et heureuse renaît. On ne s'approprie un paysage que par la marche, avec cette lenteur, cette attention à l'environnement, cette fringale de découvertes d'autant plus aiguë que les pas mènent vers de nouveaux sentiers, d'autres horizons qui ne cessent de se renouveler. Un marcheur n'a pas de montre, mais du temps.

L'OR DU TEMPS, SANS LA MONTRE

Il laisse derrière soi la compétition, la vitesse, la tyrannie de la communication au profit d'un monde de l'amitié, de la conversation, de la disponibilité. Il se mue en artiste des occasions. Retour aux sources d'une commune humanité où l'autre n'est plus un adversaire ou un inconnu, mais un homme ou une femme dont on se sent proche du fait du partage à contre-courant de la même expérience. La présence du compagnon avec qui on marche est entière avec une attention commune autour des impressions, des émotions qui naissent de la contemplation du paysage. À l'encontre de la dévoration du smartphone, la marche est devenue un haut lieu pour être pleinement ensemble et, en ce sens, se révèle aussi un moment intense de transmission avec les enfants disponibles pendant des heures à la parole de leurs proches.

Marcher, c'est reprendre corps dans son existence, avoir les pieds sur terre au sens physique et moral du terme, se sentir à nouveau de plain-pied avec soi. Le chemin parcouru rétablit un centre de gravité. La marche rassemble les fragments épars de soi et remet en ordre le chaos intérieur. Si elle n'élimine pas la source de la tension, elle change le regard sur elle. Le sentier n'est pas seulement une incise géographique, il ouvre aussi une voie intérieure de retour sur soi, sur son histoire. Éloigné un moment de chez soi, ce chercheur d'hors est aussi un chercheur d'heures, en quête de l'or du temps. ●

© Maia Flore



Notre sélection de lecture

— LES PIÉTONS ÉCRIVAINS

Rétif de la Bretonne, *Les Nuits de Paris*, Folio, 1986

Jean-Jacques Rousseau, *Les Rêveries du promeneur solitaire*, Le Livre de poche, 2001

Antoine de Suremain, *Marche au désert, sur le chemin de saint Guilhem*, Salvator, 2024

— LES CLASSIQUES DU VOYAGE

Antoine de Baecque (dir.), *Écrivains randonneurs*, Omnibus, 2013

Alexandra David-Néel, *Voyage d'une Parisienne à Lhassa*, Pocket, 2018

Jack Kerouac, *Sur la route et autres romans*, Gallimard, coll. « Quarto », 2003

Nicolas Bouvier, *L'Usage du monde* (avec Thierry Vernet), Petite bibliothèque Payot, 2006

Sylvain Tesson, *Sur les chemins noirs*, Folio, 2019

Blanche de Richemont, *Manifeste vagabond*, Plon, 2012

— REGARDS D'HISTORIENS

José-Ramón Cubero, *Histoire du vagabondage du Moyen âge à nos jours*, Imago, 1998

Laurent Testot, *Homo canis. Une histoire des chiens et de l'humanité* (Payot, 2018)

Jean-Paul Demoule, *La France éternelle, une enquête archéologique*, La Fabrique, 2025

Cedric Feriel, *La ville piétonne. Une autre histoire urbaine du 20e siècle ?* (Éditions de la Sorbonne, 2022

Antoine de Baecque, *La traversée des Alpes. Essai d'histoire marchée*, Folio, 2018

— PENSER LA MARCHE

Roger-Pol Droit, *Comment marchent les philosophes*, Paulsen, 2023

Roger-Pol Droit et Yves Agid, *Je marche donc je pense*, Albin Michel, 2025

David Le Breton, Marcher. *Éloge des chemins et de la lenteur*, Métailié, 2012

David Le Breton, *Marcher la vie. Un art tranquille du bonheur*, Métailié, 2020

Frédéric Gros, *Marcher, une philosophie*, Champs, 2019

— NOTRE COUP DE CŒUR

Henri David Thoreau, *De la marche*, Mille et une nuits, 2020

Publié à titre posthume en 1862 (mais issue de conférences données dès 1851), *Walking* se distingue par la place centrale donnée à la marche dans une réflexion plus vaste sur la nature, la liberté, la société, et la vie intérieure. Thoreau n'y parle pas juste de balades champêtres : loin d'être une simple promenade, elle devient pour lui un moyen de se soustraire à la société industrielle, de renouer avec une nature sauvage et libre, et d'ouvrir un espace intérieur de pensée et d'autonomie. Le texte, dense et digressif, mêle observations naturalistes, méditations politiques et appels à une vie plus instinctive, plus vraie. Marcher, c'est résister sans bruit. Se décaler, s'arracher doucement à l'ordre établi. Thoreau en fait une manière d'habiter le monde autrement, à l'écart. Un classique qui fit date et reste d'actualité.



Fond : © Patrick Posuniak / Unsplash, ci-contre : © Collection personnelle



ÇA FAIT DU BIEN DE TOURNER LA PAGE

INFORMER. DIVERTIR. APPROFONDIR.

PRIX RELAY-SEPM DES **MAGAZINES** DE L'ANNÉE 2025

RELAY

sepm SYNDICAT DES ÉDITEURS DE LA PRESSE MAGAZINE

LES MAGAZINES DE L'ANNÉE 2025

Découvrez chez RELAY les **magazines** de l'année.


there
defines

Sommaire

Édition

86 Sociologie
La tentation littéraire

Expositions

90 Le tatouage
D'une rive à l'autre

92 À la découverte
de l'âge du bronze

94 L'horizon
en ligne de mire

Actus

97 Exposition
98 Essai
98 Podcast

© Anne van der Stegen / Marseille dans la peau, 2011

Série Marseille dans la peau



ÉDITION

Sociologie

LA TENTATION LITTÉRAIRE

La sociologie est née en s'opposant à la littérature. Un siècle plus tard, le «je» n'est plus exclu des enquêtes, tandis que certains écrivains se font sociologues. Mais la distinction reste de mise.

Entre sociologie et littérature, la frontière serait-elle devenue poreuse, voire caduque? En décembre 2024, la Villa Médicis, la fondation Primoli et l'université la Sapienza organisaient à Rome un colloque intitulé «Écrivain·es sociologues, la littérature contemporaine face au monde social», partant de l'idée que, depuis les années 1980, «*la littérature française s'est ressaisie du réel*», que par conséquent «*les écrivains et écrivaines empiètent sur le domaine des sciences sociales*» et que, symétriquement, «*les sociologues empruntent à la littérature des modes d'expression jusqu'alors incongrus dans leur discipline: récit, roman, théâtre, autobiographie*». Parmi les invités se côtoyaient, entre autres, Maylis de Kerangal pour ses romans, Joy Sorman pour ses récits littéraires, Marielle Macé pour ses essais littéraires, Gisèle Sapiro pour ses recherches en sociologie de la littérature, Laurent Demanze pour les siennes en matière de littérature du réel...

Couramment, des écrivains comme Nicolas Mathieu (lauréat du Goncourt 2018 pour *Leurs enfants après eux*, Actes Sud) ou Annie Ernaux (prix Nobel de littérature 2022) se voient qualifiés de «*véritables sociologues*» (sic), comme, à titre rétrospectif, Proust, Zola ou Balzac. Or, si les emprunts d'un genre à l'autre s'avèrent nombreux et féconds, et si les deux pratiques requièrent empathie et curiosité, on aurait tort pourtant d'oublier que la sociologie s'est construite, historiquement, contre la littérature.

À la fin du 19e siècle, Émile Durkheim, fondateur de la discipline, a entrepris de l'autonomiser, c'est-à-dire d'en faire reconnaître la scientificité en se démarquant du roman naturaliste tel que le popularisait Zola. Pour institutionnaliser la nouvelle science sociale, il lui a appliqué les mêmes méthodes (empiriques, statistiques) qu'aux sciences de la nature. Ses successeurs, Marcel Mauss, Maurice Halbwachs, Célestin Bouglé, ont poursuivi en ce sens, et leur héritage demeure vivace: sociologie et littérature restent deux approches bien distinctes, voire adverses.

LA RETENUE DE BOURDIEU

Force est de constater que les sociologues, eux, s'adonnent rarement à l'écriture littéraire. Au 20e siècle, en France, on peut mentionner pour mémoire Robert Escarpit (1918-2000), sociologue de la littérature et auteur d'œuvres de fiction. Au début du 21e, Pierre Bourdieu livre une *Esquisse pour une autoanalyse* (1), texte né dans le cadre de son cours au Collège de France, que lui-même et ses éditeurs présentent comme «*scientifique*» – c'est-à-dire en rien littéraire. «*Son écriture était trop retenue, trop contrainte*», estime son ami Didier Eribon qui, face au manuscrit en gestation, a suggéré à l'auteur de *La Distinction* de «*relire Genet*». À quoi Bourdieu a répondu: «*Mais je ne suis pas Genet... Mes collègues penseraient que je suis devenu fou*» (2).

> Des écrivains comme Nicolas Mathieu ou Annie Ernaux se voient qualifiés de «véritables sociologues».

En 2025, les sociologues-écrivains se comptent sur les doigts de la main. Certes, *Retour à Reims* (2009) et *Vie, vieillesse et mort d'une femme du peuple* (2023), les deux récits (auto)biographiques à la première personne du singulier de Didier Eribon, ont touché un large public et fait l'objet, pour le premier, d'une adaptation au théâtre et au cinéma (3). Mais l'auteur récuse l'appellation «écrivain» qui lui est souvent accolée, et se défend de composer de la littérature. Par l'analyse qu'ils proposent, les deux ouvrages mentionnés ci-dessus procèdent, indique-t-il

© Laura Lledo





De gauche à droite: Didier Eribon, Kaoutar Harchi, Fabien Truong, Christine Détrez.

dans son dernier livre, *Sociobiographie* (4), de la «*théorie sociologique*» et de la «*philosophie politique*». Même si, admet-il, la langue et la construction narrative peuvent quelquefois se rapprocher des techniques littéraires, Didier Eribon a «*opéré un choix*». Le sociologue avoue en effet avoir été «*saisi*», dans les années 1980, «*par la tentation littéraire*». Il s'est lancé dans deux romans, puis a renoncé. Sans quoi, poursuit-il, «*je n'aurais pas pu faire ce que j'ai fait par la suite* [sur Michel Foucault et sur la question gay, notamment, ndlr]. *Être écrivain, c'est une décision qui emporte une définition et une image de soi-même.* [...] *J'ai choisi d'aller du côté de chez Bourdieu plutôt que du côté de chez Claude Simon.*» Deux voies exclusives l'une de l'autre?

Sociologue de la littérature, Kaoutar Harchi, elle, a publié trois romans puis un récit littéraire autobiographique, *Comme nous existons* (2021), avant d'opérer ce qu'elle appelle une «sortie»: elle a «*joué le champ académique contre le champ littéraire*» (5), jugé raciste, sexiste et empreint de préjugés de classe. Issu de sa thèse, son essai sur les trajectoires d'écrivains algériens francophones, *Je n'ai qu'une langue et ce n'est pas la mienne* (2016), constitue, estime-t-elle rétrospectivement, «*une façon de régler* [s]*on rapport à l'institution littéraire*» et, par là, «*un formidable et heureux adieu à la littérature*» (6).

Des tensions fortes opposent en effet sociologie et littérature. Pour Fabien Truong (7), sociologue spécialiste des quartiers populaires et de la jeunesse, et par ailleurs écrivain, le pacte de lecture est différent de celui qui prévaut en littérature: «*On construit un objet de questionnement scientifique. On rend compte d'une enquête. Tout doit être étayé. On n'invente rien, on prouve.*» Ce qui pose, dit-il, la question de l'écriture. Non que les sciences sociales doivent nécessairement s'accommoder d'une langue indigeste. Fabien Truong, qui dirige aux éditions La Découverte la collection «L'Envers des faits» avec son collègue Paul Pasquali, expert des élites, publie de la sociologie «*avec un parti pris assez narratif*», comme son propre ouvrage (coécrit avec Gérôme Truc), *Grands ensemble*, paru ce printemps, sur la «*violence et la solidarité dans les quartiers populaires*», où la première personne du singulier est présente, où l'expression des témoignages recueillis contraste avec celle des montées en généralité. Mais «*en sciences sociales, l'écriture vise à la clarté, il faut proscrire toute ambiguïté, expliciter tous les impensés. En littérature, c'est l'inverse, c'est la polysémie de la langue qui guide l'écriture et la fait résonner*».

Lui-même auteur d'un récit littéraire, *La Taille des arbres* (2e éd., 2022), et d'un roman, *Routines* (2024), il «*zappe*» entre les deux, «*comme quelqu'un qui pratique deux sports*». Vouloir les hybrider condamnerait, selon lui, à manquer de rigueur en sociologie et d'inspiration en littérature. «*La sociologie consiste à déconstruire les fictions sociales, les normes, les interprétations,* explique de son côté Christine Détrez, professeure à l'ENS-Lyon, sociologue de la culture et du genre. *Venant de là, il n'est pas facile d'aller vers des formes romanesques dont on connaît le caractère artificiel, historiquement situé.*»

PREMIÈRE PERSONNE DU SINGULIER

Déconstruire les fictions sociales d'un côté, construire des fictions littéraires de l'autre, voilà qui tiendrait un peu de la «*schizophrénie*», suggère notre interlocutrice en souriant. Pour autant, la coautrice de *Nos mères* (2020), écrit sociologique sur l'émancipation des femmes durant les trente glorieuses, publie aussi des romans et récits littéraires comme, dernièrement, *Pour te ressembler* (2021). Dans les deux cas, il s'agit d'une enquête sur sa propre mère, Christiane, morte dans un accident de voiture quand elle-même n'avait que 2 ans, mais les approches divergent. *Nos mères*, étude sociologique nourrie de nombreux entretiens et d'archives, relie la trajectoire de Christiane à celle d'une génération, tandis que *Pour te ressembler* permet à l'autrice de déployer ses émotions et d'évoquer la figure d'Agnès Varda, qui a compté pour elle «*autant que Bourdieu*», mais qui, faute d'autorité scientifique, «*n'avait pas sa place dans un ouvrage de sociologie*». Le récit littéraire lui a offert d'exprimer ce qui ne pouvait l'être dans un volume de sciences sociales. En retour, Christine Détrez y a puisé le sujet d'une nouvelle *Sociologie des émotions* (avec Kevin Diter, 2025). Et prépare une fiction...

De gauche à droite: © Pascal Ito / Flammarion, © Emmanuelle Le Grand / Actes Sud





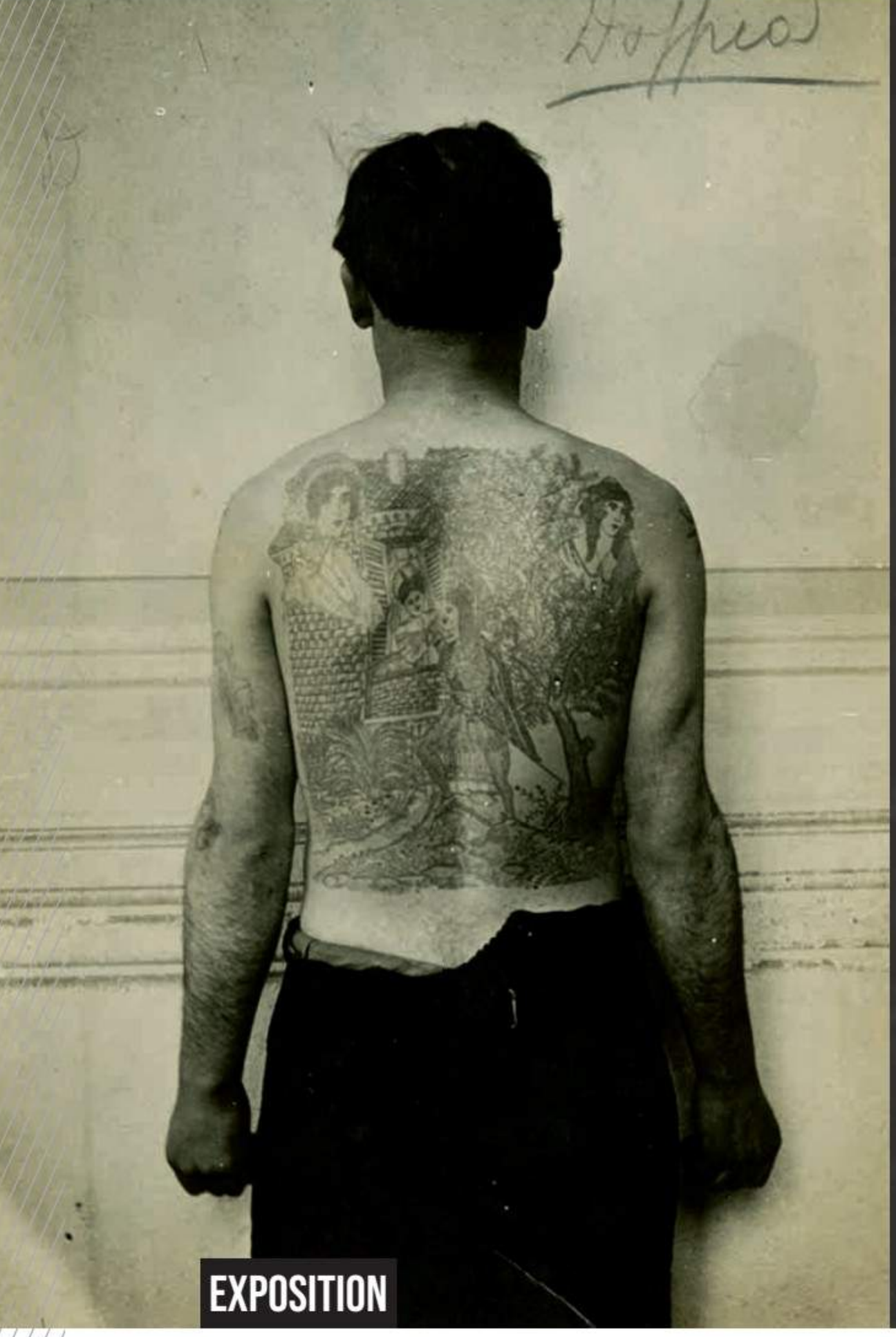


Entre ses essais et ses romans s'opère ainsi, au prix de quelques hésitations initiales, un va-et-vient fécond. Quant à réunir dans un même livre l'enquête sociologique et la narration littéraire, il n'en est pas question. «*La structuration du champ éditorial ne s'y prête pas: les libraires ne sauraient pas où placer le livre hybride*», estime la sociologue. Dans ce contexte, «*dynamiter la frontière entre les genres*» exigerait, selon Christine Détrez, une «*notoriété*» qu'elle n'a pas. Parce que le problème de la forme travaille les sciences sociales contemporaines, où la première personne du singulier n'est plus bannie, son séminaire de recherche à l'ENS-Lyon pour l'année 2024-2025 portait sur les «Dimensions intimes du social, dimensions sociales de l'intime». Une thématique qui fait écho à la démarche personnelle de l'autrice: la littérature lui permet d'explorer le premier versant, dit-elle, et la sociologie, le second. Dans l'auditoire, on croisait beaucoup d'étudiants en lettres, en philo… mais, significativement, peu d'apprentis sociologues. ●

(1) Pierre Bourdieu, *Esquisse pour une autoanalyse*, Raisons d'agir, 2004.
(2) Didier Eribon, *Sur cet instant fragile… Carnets, janvier-août 2024*, Fayard, 2004.
(3) *Retour à Reims* a été monté sur scène par Thomas Ostermeier en janvier-février 2019 au Théâtre de la Ville, et adapté au cinéma par Jean-Gabriel Périot, diffusé sur grands écrans et sur Arte en 2022.
(4) Didier Eribon, *Sociobiographie. Entretien avec Geoffroy Huart*, Flammarion, 2025.
(5) Entretien publié dans le magazine *Frustration*, 30 mars 2023.
(6) *Ibid.*
(7) Voir «Fabien Truong. Dans l'intimité des cités», *Sciences Humaines*, n° 378, mai 2025.

ÈVE CHARRIN

De gauche à droite: © Audrey Dufer / Payot-Rivages, © Collection personnelle





EXPOSITION

Le tatouage D'UNE RIVE À L'AUTRE

Réunissant plus de 250 œuvres, objets et documents, l'exposition du Centre de la Vieille-Charité à Marseille retrace une histoire du tatouage de l'Antiquité à nos jours en Méditerranée.

Il y a dix ans déjà, l'exposition «Tatoueurs, tatoués» faisait un tabac au musée du Quai-Branly à Paris avant d'entamer une tournée mondiale, totalisant 2 millions de visiteurs. À l'heure où celle-ci s'achève, le Centre de la Vieille-Charité s'empare à son tour du sujet, qu'il circonscrit cette fois aux rives de la Méditerranée. Aux confins de nombreuses disciplines – l'histoire, l'histoire de l'art, l'archéologie, l'anthropologie ou la sociologie –, l'histoire du tatouage en Méditerranée remonte au 3e millénaire av. J.-C. comme en attestent certains objets archéologiques. Ses fonctions thérapeutiques ou prophylactiques s'affirment très tôt ainsi que, sous l'Antiquité, celles de protection, d'appartenance ou de stigmatisation. À l'ère chrétienne, c'est autour des pratiques de pèlerinage qu'elle se développe. Présent dans toute l'Afrique du Nord dès le Néolithique, le tatouage amazigh, caractérisé par des motifs géométriques tels que cercles et chevrons et inspiré de l'alphabet tifinagh, prend une dimension particulière dans le contexte colonial, suivi d'une réappropriation à la période postcoloniale.

Dans l'art, il devient parallèlement le vecteur d'un langage artistique indépendant, affranchi des conventions occidentales, à travers en particulier le groupe Aouchem (tatouage en tamazight) fondé en 1967 en Algérie et dont une des

De gauche à droite: © Mairie de Toulouse / Musée des Augustins, © Lazhar Mansouri / Courtesy of Westwood Gallery NYC



De gauche à droite: Constantin Jean Marie Prévost, *Le Tatouage du matelot*, vers 1830. Lazhar Mansouri, *Sans titre*, vers 1960.

Alireza Shojaian, *Sharok et Arthur*, série «*Sous le ciel de Shiraz*», 2022.

figures, Denis Martinez, crée une œuvre spécialement pour l'exposition. En Occident, le tatouage se répand à partir de la fin du 19e siècle dans les milieux interlopes où marins, soldats, prostituées, souteneurs ou prisonniers aiment à arborer des signes de reconnaissance. Aujourd'hui, loin de se cantonner aux marges, il est de plus en plus présent, affiché ou caché, comme en attestent les chiffres avec 36% de Français tatoués en 2020, un pourcentage qui a doublé en dix ans. Esthétiques, artistiques, affectives, revendicatives..., les motivations sont multiples, à la croisée de l'intime et du collectif, exprimant chaque fois une histoire personnelle bien spécifique.

Sous le commissariat scientifique de Nicolas Misery, directeur des musées de Marseille, l'exposition actuelle est le fruit de recherches et d'échanges scientifiques menés depuis trois ans, avec les deux commissaires associés Guido Guerzoni (professeur à l'université SDA Bocconi School of Management, Milan) et Luisa Gnecchi Ruscone (historienne et commissaire d'expositions), mais aussi avec Luc Renaut (professeur à l'université de Grenoble et spécialiste de l'Antiquité) ou Anissa Bouyaed (historienne, commissaire d'exposition et spécialiste de l'Algérie coloniale et postcoloniale). Il en résulte un parcours thématique qui réunit plus de 250 peintures, sculptures, photographies, vidéos, créations de mode et objets du quotidien, prêtés par des institutions au premier rang desquelles le musée du Quai-Branly, mais encore le musée du Louvre, le musée d'Orsay, la Villa Giulia à Rome, le Rijksmuseum de Leyde, la Glyptothek de Munich ou le Musée archéologique de Madrid. ●



Bol représentant une joueuse de luth, vers 1400-1300 av. J.-C.

De haut en bas: © Bing Xu Collection / Xu Binggiang. © Rijksmuseum van Oudheden / Leyde

À VOIR

Exposition «Tatouage. Histoires de la Méditerranée»,
Centre de la Vieille-Charité, Marseille, jusqu'au 28 septembre 2025.
Commissaire d'exposition: Nicolas Misery.

VÉRONIQUE BOURUET-AUBERTOT

EXPOSITION

À la découverte de L'ÂGE DU BRONZE

Une riche exposition au Musée d'archéologie nationale montre l'ampleur des mutations qu'ont connu les sociétés humaines avec le développement de la métallurgie du bronze.

Véritable révolution, le développement de la métallurgie du bronze a bouleversé les sociétés humaines européennes. Pas simplement sur le plan matériel avec la réalisation d'objets, de bijoux ou d'armes, mais aussi sur le plan symbolique, culturel ou sociétal. C'est ce que montre la riche exposition consacrée à l'âge du bronze en France de 2300 à 800 av. J.-C. proposée par le Musée d'archéologie nationale de Saint-Germain-en-Laye en collaboration avec l'Institut national de recherches archéologiques préventives (Inrap) et l'Association pour la promotion des recherches sur l'âge du bronze (Aprab). Elle représente le point d'orgue d'une vaste « Saison âge du bronze » qui met en lumière partout en France les découvertes récentes, cent cinquante ans après la publication par Ernest Chantre d'un ouvrage pionnier, *Études paléoethnologiques dans le bassin du Rhône. Âge du bronze : recherches sur l'origine de la métallurgie en France* (1875), qui signe la reconnaissance officielle par l'archéologie française de cet âge.

Des transformations majeures sont en effet à l'œuvre : l'essor de l'agriculture et de l'artisanat, une exploitation accrue des ressources – notamment à travers l'essaimage de mines et la production de charbon de bois –, la montée en puissance des échanges… Autant d'évolutions décisives qui impactent les paysages et les sociétés.

L'exposition se déroule en quatre étapes très pédagogiques. Le visiteur aborde d'abord de manière sensorielle, à travers le bruit, la lumière et la chaleur, le monde de la métallurgie avant de découvrir des pièces exceptionnelles, comme le torque de Guînes, l'épée de Pont-sur-Seine ou des lures, instruments de musique à vent scandinaves. Il voit ensuite comment se diffuse en Europe la métallurgie avec les premiers gisements de cuivre, la mise en place de réseaux d'échange de minerais et l'essor des moyens de communication, notamment maritimes, que donne à voir dans l'exposition la reconstitution du bateau de Douvres (Kent, Angleterre).

ASTRES ET CUISINES

Mais l'âge du bronze ouvre également d'autres représentations du monde et des croyances dont témoignent Stonehenge en Angleterre mais aussi certains objets comme le cône d'Avanton, magnifique pièce d'orfèvrerie au fascinant décor géométrique. La place des astres et notamment du Soleil se révèle centrale dans les récits cosmologiques de ces premières sociétés agricoles.



Divers usages du bronze : un *lur* (trompe musicale) scandinave, une breloque en forme de peigne et une roue.

De gauche à droite : © MAN / Loïc Hamon © MAN / Valorie Gô Habiter © Musée d'Archéologie Saint-Raymond / Daniel Martin7



La dalle de Saint-Bélec, plus ancienne représentation cartographique connue, découverte sur un site de l'âge du bronze en Bretagne.

Le visiteur découvre enfin le mode de vie intérieur de l'âge du bronze et le quotidien d'une maison à travers divers objets domestiques qui témoignent de la manière dont on vivait, se nourrissait, travaillait ou dormait. De grands banquets communautaires, dont attestent par exemple les pièces archéologiques du dépôt d'Evans, montrent le développement d'une vie villageoise ritualisée. Des plantations en extérieur donnent en outre à voir des cultures communes à l'âge du bronze (blé, orge, millet, épeautre, lin…).

Une exposition résolument ouverte à tous les publics prolongée par de nombreux ateliers, conférences, animations et expérimentations pour le bonheur des petits et grands. ●

À VOIR

Exposition «Les Maîtres du Feu. L'âge du bronze en France, 2300-800 avant J.-C», Musée d'archéologie nationale, Domaine national du château de Saint-Germain-en-Laye, du 13 juin 2025 au 9 mars 2026. Commissaires d'exposition: Dominique Garcia et Cyril Marcigny.

CATHERINE HALPERN

SCIENCES HUMAINES
Faisons connaissance



NOUVEAUTÉ

Et si la musique était l'un des piliers de la société de demain ?

HORS COLLECTION
224 PAGES - 20 €
EN LIBRAIRIE

Éditions Sciences Humaines

TOUTES NOS PUBLICATIONS SUR NOTRE SITE
WWW.SCIENCESHUMAINES.COM
OU SUR COMMANDE EN SCANNANT CE QRcode

© MAN / Valorie Gô

L'horizon EN LIGNE DE MIRE

Pour le Millénaire de la ville de Caen, une exposition montre ce que l'horizon dans les arts révèle du rapport de l'homme au monde et au visible, depuis la Renaissance jusqu'aux œuvres les plus contemporaines.

Notion à la fois familière et mystérieuse, l'horizon interroge notre rapport au monde et au visible. Simple ligne où se rejoignent le ciel et la terre ou la mer, il est en même temps limite et ouverture vers ce qui échappe à la vision. C'est ce que montre l'exposition « L'horizon sans fin. De la Renaissance à nos jours » qui, dans le cadre des célébrations du Millénaire de la ville de Caen, propose une centaine d'œuvres – peintures, dessins, gravures, sculptures, installations et vidéos. Sous le commissariat de Céline Flécheux, professeure de philosophie de l'art, et d'Emmanuelle Delapierre, directrice du musée, elle offre un voyage à travers cinq siècles de création artistique, dans une exploration à la fois esthétique, historique et philosophique,

Sophie Ristelhueber © ADAGP, 2025/ Bastia, FRAC Corsica



Sophie Ristelhueber, *Eleven Blowups #1*, 2006. Tirage argentique couleur sur verre, 110 x 133 cm.

où les œuvres dialoguent avec un corpus rare de traités de perspective, véritables jalons de la construction du regard occidental.

L'exposition s'ouvre sur un chef-d'œuvre de la Renaissance: *Le Mariage de la Vierge* (1504) de Raphaël en formation dans l'atelier du Pérugin, dont la composition est très structurée. Grâce à des lignes de fuite matérialisées par un pavement rose et blanc, le regard du spectateur se meut du premier plan, où se déroule l'union de Joseph et Marie, pour monter vers le temple, où se place l'horizon doucement éclairé. Le tableau donne ainsi à voir l'union de Joseph et Marie, mais au-delà des hommes et de Dieu, de la terre et du ciel qui se rejoignent à l'horizon.

Avant la Renaissance, l'horizon est essentiellement un terme utilisé en astronomie mais pas encore en art. L'introduction de la perspective à la Renaissance ancre la représentation en posant l'horizon à hauteur des yeux de l'observateur: le spectateur a ainsi le sentiment que le monde se déploie devant lui. La modernité va expérimenter d'autres formes qui vont interroger la relation entre point de vue et horizon. Au cœur du parcours, l'horizon se révèle polymorphe: ligne fuyante ou structurante, qui relie ou qui oppose, frontière tangible ou chimère métaphysique.

Jan Dibbets, *Horizon* (*Horizon Groot D4*), 2007. Tirage jet d'encre pigmentaire, 140 x 85 cm.

Tantôt barrage, tantôt promesse, il reflète les rapports changeants de l'homme à la nature et à l'infini. Un catalogue richement illustré, réunissant des contributions de philosophes, historiens de l'art et écrivains, accompagne cette exposition. Alors que le numérique abolit les distances, «L'horizon sans fin» nous invite à revenir à une réflexion sensible et poétique sur notre lien au monde. ●

À VOIR

Exposition «L'horizon sans fin», Musée des beaux-arts de Caen pour le Millénaire 2025, jusqu'au 5 octobre 2025.
Commissaires d'exposition: Céline Flécheux et Emmanuelle Delapierre.

CATHERINE HALPERN



Youssef Nabil, *Self Portrait with the Nile*, Louxor, 2014. Encre pigmentée d'archives sur papier chiffon d'archives, 50 × 75 cm.



Simon-Mathurin Lantara, *L'Esprit de Dieu planant sur les eaux.*

De haut en bas et de gauche à droite: © Image ville de Paris / RMN-GP Paris / musée d'Art moderne de Paris / ADAGP, 2025, © Courtesy Youssef Nabil / Paris, ADAGP, 2025 / Pinault Collection, © Photo: Jean-Luc Lacroix / Musée de Grenoble

SCIENCES HUMAINES
Faisons connaissance

Nos dernières publications

LE MENSUEL



N° 377 : parution 26/03/2025



N° 378 : parution 14/04/2025



N° 379 : parution 28/05/2025

LES GRANDS DOSSIERS



GDSH77 : parution 11/12/2024

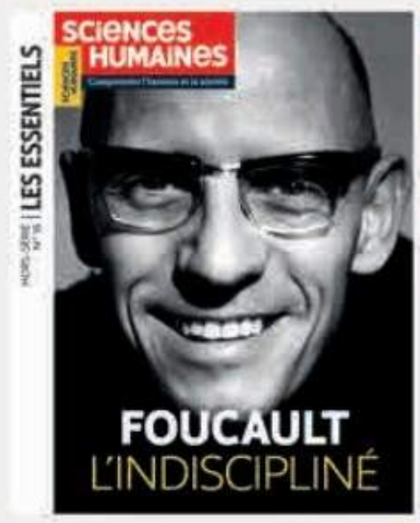


GDSH78 : parution 20/03/2025

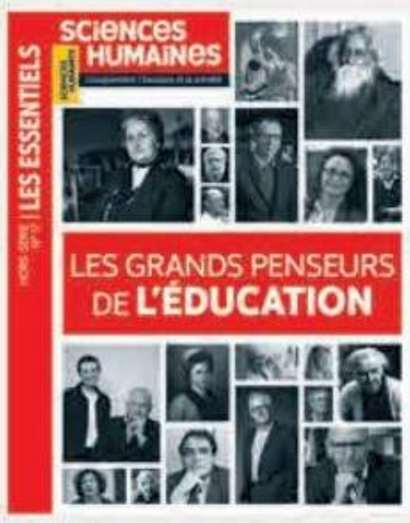


GDSH79 : parution 25/06/2025

LES ESSENTIELS



ESS16 : parution 17/04/2024



ESS17 : parution 17/10/2024



ESS18 : parution 17/04/2024

LES HORS-SÉRIES



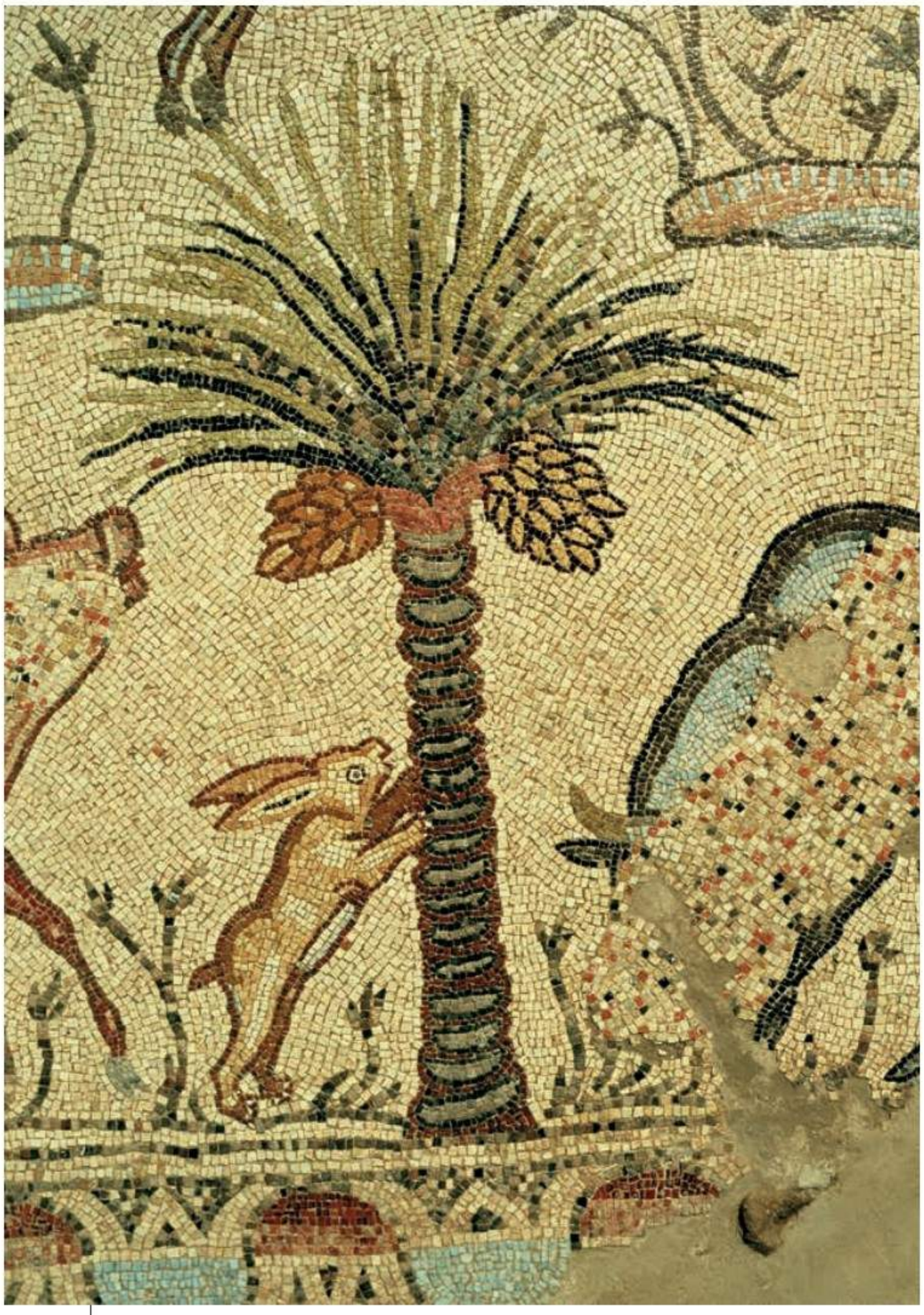
HS31 : parution 10/01/2025

TOUTES NOS PUBLICATIONS (MAGAZINES – LIVRES)
SONT DISPONIBLES SUR COMMANDE
EN SCANNANT CE QRcode
WWW.SCIENCESHUMAINES.COM

EXPOSITION

TRÉSORS ARCHÉOLOGIQUES DE GAZA

Inspirée par une collection privée d'objets archéologiques, l'exposition «Trésors sauvés de Gaza» à l'Institut du monde arabe tente de concilier regard scientifique et actualité géopolitique. La première salle présente une centaine de belles pièces de l'Autorité palestinienne et celles achetées par l'entrepreneur Jawdat Khoudary, passionné d'archéologie: des statuettes grecques et romaines, des chapiteaux de colonnes, des céramiques et une mosaïque byzantine exceptionnelle. Ces pièces font partie d'un ensemble plus vaste (530 pièces) stocké en Suisse depuis près de dix-sept ans en raison de blocages administratifs. Exposées à Genève en 2007, les pièces ne sont jamais retournées à Gaza ensuite, ce qui les a protégées des récents bombardements israéliens, à l'inverse du reste de la collection qui demeurait à Gaza, largement détruit ou pillé (seule une partie a pu être transférée en Égypte). L'exposition replace ces pièces dans le contexte historique et rappelle la chronologie de fouilles archéologiques dans la bande de Gaza, en particulier celles de l'École biblique et archéologique française de Jérusalem. Il n'est cependant pas précisé que la plupart des pièces présentées viennent d'autres sites et de découvertes fortuites.



© Photo: J.B.Humbert

Détail d'une mosaïque byzantine de Jabaliyah

L'exposition entretient ainsi un certain flou, accentué dans la seconde salle consacrée à la situation actuelle du patrimoine de Gaza. À l'aide de photographies d'archives et d'une reconstitution en 3D du monastère de Saint-Hilarion, les visiteurs imaginent à quoi ressemblait le paysage quotidien à Gaza, désormais défiguré par les bombardements incessants: plusieurs sites ont en effet été très abîmés comme le montrent des clichés pris par des archéologues palestiniens en 2024 et 2025. Si ces documents ainsi que les cartes des sites détruits attestent de l'état du patrimoine gazaoui depuis le 7 octobre 2023, l'ensemble pâtit d'une scénographie austère, revendiquée par la commissaire Élodie Bouffard. L'absence de pièces archéologiques dans cette fin d'exposition renforce l'impression de froideur, malgré l'intérêt évident des informations fournies par les documents exposés. ●

Exposition «Trésors oubliés de Gaza. 5000 ans d'histoire»,
Institut du monde arabe, Paris,
jusqu'au 2 novembre 2025.
Commissaire d'exposition: Élodie Bouffard.

OLYMPE LEMUT

ESSAI

CINÉMA EN QUÊTE D'AUTEUR



Une œuvre cinématographique est une œuvre collective. Il suffit de voir un générique de film pour s'en convaincre tant sont nombreux ceux qui y ont pris part: réalisateur, producteurs, acteurs, scénariste, monteurs, techniciens son, images et lumière... Mais c'est bien le réalisateur qui est considéré comme l'auteur du la production. On dit ainsi un film d'Alfred Hitchcock ou de David Cronenberg. C'est ce que questionne le sociologue Jérôme Pacouret dans une perspective historique des années 1910 à nos jours, aux États-Unis et en France. L'attribution du film interroge l'appropriation de l'œuvre, les luttes qui s'y sont jouées et, au-delà, les inégalités économiques et sociales. Pour Jérôme Pacouret, contrairement à un mythe reçu, cette appropriation n'est pas le fait des *Cahiers du cinéma* ou de la Nouvelle Vague qui auraient «inventé» le cinéma d'auteur. Bien avant, des rivalités ont opposé producteurs, scénaristes et metteurs en scène. Pour appréhender cette fabrique de l'auteur de cinéma, il faut en outre comprendre le poids des logiques marchandes: mettre en valeur des auteurs sert à vendre des films à un certain public. Dépasser à la fois le fétichisme de l'auteur et le fétichisme du «collectif»: la voie s'avère étroite mais permet de mieux saisir les modes de production, les rapports sociaux et les luttes qui agitent le monde du cinéma. ● **C.H.**

Jérôme Pacouret, *Qu'est-ce qu'un auteur de cinéma ? Art, pouvoirs et division du travail*, CNRS éd., 2025, 27 €, 480 p.

PODCAST

La grotte Chauvet comme si vous y étiez

Le 18 décembre 1994, trois spéléologues, Jean-Marie Chauvet, Eliette Brunel et Christian Hillaire, dégagent, à Vallon-Pont-d'Arc, l'ouverture d'une grotte qui révèle un ensemble d'œuvres d'art exceptionnel datant de 36000 ans, soit 18000 ans avant Lascaux. On le doit aux Aurignaciens, des sociétés de chasseurs-cueilleurs du Paléolithique. L'éboulement du porche d'entrée de la grotte il y a plus de 21000 ans a permis de protéger ce patrimoine incomparable des hommes mais aussi des animaux. Catherine Ferrier, géoarchéologue, et Stéphane Jaillet, géomorphologue, nous conduisent à l'exploration de ce site remarquable. Parce que l'écosystème de la grotte est très fragile, elle reste fermée au public depuis sa découverte et son accès aux équipes scientifiques très encadré. Catherine Ferrier raconte ainsi avec émotion ses premiers souvenirs, notamment le choc de la vision des bisons représentés de trois quarts dont le regard croise celui du spectateur. Une manière de nous faire partager le grand frisson de la découverte de ce prodigieux legs artistique des Aurignaciens, venu du fond des âges. Cette émission propose de redécouvrir d'autres épisodes, un peu plus anciens mais encore tous d'actualité, qui constituent une série passionnante, notamment pour comprendre la vie des hommes et le lien avec le monde animal au temps de la Grotte Chauvet. ● **C.H.**

Série «Grotte Chauvet : les premiers reflets de l'humanité», *La Tête au carré*, France Inter, 4 épisodes.

© Heritage Images / Getty



NOUVEAU HORS-SÉRIE DE *PHILOSOPHIE MAGAZINE*, EN VENTE CHEZ VOTRE MARCHAND DE JOURNAUX

Abonnements et commandes sur philomag.com

TERRES

D'AVENTURE

Tous nos voyages à pied sont à retrouver sur *terdav.com*

© Nathan Mertz