

L'enquête « Psychospéléologie »

par Jacques SANNA¹, Dr Jean-Pierre BUCH², Dr Anne DISPA³, Dr Anne-Marie ANGOT⁴

*Quand l'humain s'unit au
domaine souterrain,
ils semblent ne faire plus
qu'un, ou plus qu'une.
Cliché Véronique Doyen.*



Spéléologie et intériorité

Spéléologie et psychologie font-elles bon ménage ? Peut-on envisager, sinon de les associer, au moins de les rapprocher ?

Le suffixe est le même, témoignant de leur nature commune, l'étude. Étude des cavernes pour l'une, et par extension du milieu souterrain pénétrable. Étude du psychisme pour l'autre, du conscient et de l'inconscient. Certains auteurs ont même parlé de psychologie des profondeurs, théorie se démarquant de la psychanalyse. Ici, la profondeur peut être considérée à égalité dans les deux disciplines, ce qu'il y a dans le sol et ce qu'il y a en soi, ce rapprochement n'étant bien sûr que métaphorique...

Le monde souterrain a toujours captivé les humains. Nos ancêtres l'ont fréquenté durant la préhistoire. Les mythologies et les religions y ont situé des épisodes importants de leurs cosmogonies. D'illustres personnages se

sont penchés sur lui, Platon, Bachelard, Jung, etc.

Autant dire qu'un tel milieu ne peut pas se réduire à une activité uniquement sportive et/ou scientifique, mais qu'il touche une part profonde de notre existence. La spéléologie peut-elle avoir un écho existentiel chez les pratiquants ? Quelle répercussion aurait-elle sur les individus qui la pratiquent ?

Certains auteurs plus curieux (ou clairvoyants) se sont posé cette question, ont effleuré le sujet, mais, à notre connaissance, aucune enquête sur ces interactions n'a été menée. Faisant suite à l'enquête sur le stress réalisée par la CoMed en 2012, qui avait remporté un grand succès, nous nous sommes intéressés à ce sujet neuf, sans la prétention de faire une étude scientifique. Juste une enquête, empreinte d'une subjectivité assumée, un témoignage sur la spéléologie, un regard pluriel.

Les origines

Laissons la parole à Jacques Sanna, initiateur du projet.

Spéléologue depuis 38 ans, j'ai perçu très tôt que cette activité permettait de mettre en suspens les agitations liées au monde extérieur et aussi de m'orienter vers l'intérieur, d'abord de la terre, puis du mien.

Les études suivies en psychologie, la recherche existentielle personnelle, les expériences vécues, ont validé cette constatation.

Ayant eu envie de questionner une partie de la communauté spéléologique sur ce sujet, j'en ai parlé au docteur Jean-Pierre Buch (président de la commission médicale de la FFS) qui trouva cette idée très intéressante, et décida de piloter le projet.

Début 2013, le projet d'enquête commence à prendre forme doucement.

Il aura fallu plus d'un an de tâtonnements au sujet de la définition même

1. Psychopraticien, 2. Médecin fédéral national, président CoMed, 3. Psychiatre hospitalière, 4. Médecin généraliste.

de cette enquête, de sa méthodologie, des recherches sur d'autres études existantes, de l'élaboration d'un axe d'introspection propre à cette nouvelle étude.

Fin 2013, un test préliminaire est fait avec quelques volontaires. L'intérêt est palpable, les constatations prometteuses.

Début 2014, Anne-Marie Angot (médecin généraliste), et Anne Dispa

(psychiatre hospitalière), nous rejoignent. L'enquête est proposée à des spéléologues du Gard, de l'Ardèche, du Vaucluse, de la Drôme, des Bouches-du-Rhône et de la Corse.

Sur une période d'une année, soixante-trois personnes ont bien voulu participer à cette recherche et livrer leurs états d'âme.

Clichés sur la spéléologie

Quand il est question de spéléologie, plusieurs facettes peuvent surgir à l'esprit : celles de la science, du sport, des expéditions à l'étranger, de la prospection, de la désobstruction, etc. Cela peut aussi être l'image d'une activité bizarre menant sous terre vers l'obscurité, le froid, l'humidité, le danger, l'émerveillement, la découverte de l'inconnu, du non-visible.

Lorsque nous nous tournons vers ses pratiquants, outre l'engouement lié à la découverte objective, apparaissent des potentialités physiques et mentales inconnues du pratiquant, l'enrichissement dû à la relation d'équipe, etc. Une idée, établie depuis plus de trente ans, dit que la spéléologie serait révélatrice de tout ce qui serait lié à la sexualité de l'individu (« *Spéléo et sexualité* » du Dr Jean-Frédéric Brun, *Spelunca* n° 6, 1982).

Bien que cette dernière « coloration » serait dans une certaine mesure valable, elle ne s'applique sûrement pas à tous les

cas et tout le temps, comme le suggère son auteur.

Il laisse cependant la porte ouverte lorsqu'il écrit à la fin de son texte : « *Cette courte note, loin de toute velléité dogmatique, ne vise qu'à inciter les spéléologues à approfondir une réflexion, jusqu'ici négligée, qui me semble présenter des perspectives enrichissantes. Car jusqu'ici personne n'a, à mon sens, répondu de façon satisfaisante à cette interrogation de base : qu'est-ce que le spéléologue ?* »

Cette question laissée en suspens, peut être amplifiée par celle-ci : quelle répercussion aurait la spéléologie sur les individus qui la pratiquent ?

Une fois observés et reconnus les aspects bien établis sur la spéléologie et les spéléologues, il n'y a pas que cela. La pratique de la spéléologie cacherait une autre induction bien plus profonde. La spéléologie serait-elle un vecteur du développement personnel ?

But recherché

L'idée est d'élargir l'image de cette activité liée à l'obscurité. De mettre en évidence un autre aspect de la pratique de la spéléologie, celui de faciliter le contact des pratiquants avec leurs domaines intérieurs à eux. Et, si nous poussons un peu plus loin en rejoignant le Dr J.-F. Brun, leur permettre d'avoir une plus grande connaissance de ce qu'ils sont, au-delà de ce qu'ils croient être exclusivement.

La personne qui s'introduit dans le monde souterrain pénètre le domaine intérieur terrestre, et en même temps, de manière généralement inconsciente, son intériorité propre à elle. C'est bien cet aspect de la spéléologie qui est recherché dans cette enquête.

Ce constat hypothétique, et non encore reconnu, peut induire chez les pratiquants plusieurs remaniements comme une remise en question de ce que nous sommes, de ce qui est caché en nous, un dépassement de nos programmations acquises, une réflexion sur la vie et la mort, sur nos finalités existentielles.

Il ressort en filigrane, dans tous les sondages réalisés à ce jour, que quitter l'espace extérieur de la société amène un rééquilibrage bénéfique, en particulier pour la structuration de la personnalité (l'ego, le moi/mental).

Les galeries que forment les circulations d'eau à l'intérieur de la terre sont aussi vastes que les champs de l'inconscient. Où mènent-elles, où mènent-ils ? Cliché Philippe Crochet.



Mais, et c'est le postulat de notre démarche, cette distanciation d'avec le monde extérieur n'agirait pas seulement sur le plan du conscient (domaine du visible, éclairé, connu) mais aussi dans un autre domaine du psychisme humain, l'inconscient (domaine intérieur, caché, obscur, inconnu). Se rendre sous terre permettrait de mettre le mental conscient en suspens et de laisser affluer des éléments cachés de l'inconscient.

Le silence, l'obscurité, l'immobilité de cet « autre monde », « Un monde coupé du dehors où l'on peut oublier ses problèmes et déconnecter », donne un « sentiment de paix », « d'accomplissement ou de réalisation », « de renaissance », « de remise à zéro ».

La possibilité « de se recentrer », « de quitter le monde banal pour vivre fort, être soi-même face à une nature indifférente mais qui « décape le costume dont on peut se revêtir dans la société », « de faire le vide et de se recentrer sur le prioritaire : soi-même ».

Ces quelques témoignages, extraits du questionnaire de Florian Poidevin (« *La vie souterraine* », 2012), dont il nous a aimablement transmis les réponses, vont bien dans le sens de notre enquête, bien que l'axe de sa recherche soit différent du nôtre. Si ces réponses sont porteuses de l'ouverture recherchée, elles n'apparaissent cependant que dans 30 à 50 % des réponses.

D'autres éléments confirment le bien-fondé de ce qui est proposé ici, notamment et entre autres, dans la thèse de François Jovignot « *Étude des aptitudes, des motivations, des profils sociodémographiques des spéléologues* » (1997), le mémoire de Julien Ponsard « *Spéléologie et monde souterrain – Comment y entrer pour mieux s'en sortir ?* » (2005), les actes du 1^{er} congrès national « *Spéléo, éducation et thérapie* » (1994), avec entre autres, une contribution du médecin psychanalyste Pierre Decourt (Montpellier), dans le livre de Jean-Pierre Bayard « *La symbolique du monde souterrain et de la caverne* » (Éditions Vega, 2008), et dans plusieurs écrits du psychanalyste Carl Gustav Jung.

En lançant cette recherche, nous formulons l'hypothèse que « la spéléologie entraîne ceux qui s'y adonnent vers leurs mondes intérieurs à eux ».



Cet écrin de perles minérales enveloppées dans de l'eau translucide symbolise parfaitement le « trésor » tant recherché, ou la totalité de l'être, le soi. Le cercle sur l'eau représente le centre et la perfection. Cliché Philippe Crochet.

Méthodologie

Étant donné le caractère particulièrement intime et profond de cette investigation, le moyen pour arriver à le mettre en lumière devait être différent des autres travaux effectués par le passé, comme des questionnaires à remplir.

Les réflexions menées durant une année, nous ont permis de bâtir une méthodologie qui nous paraissait la mieux adaptée.

Ceci en réalisant des entretiens individuels en face à face, ce qui fait l'originalité et l'intérêt de cette enquête.

L'observation, le ressenti et le contact verbal, les plus directs possibles avec la personne qui veut bien se prêter à ce « jeu introspectif », dont la trame comportait une trentaine de questions.

Dans la thèse de François Jovignot (1994), au chapitre « Les motivations du spéléo et l'image de la spéléologie », nous trouvons une confirmation sur le choix de cette méthode :

« ...je ne pense pas que l'on puisse comprendre les motivations des spéléologues si l'on n'admet pas qu'il existe pour un comportement observé (comme la pratique de la spéléo) un ensemble de causes conscientes explicites et accessibles par un instrument relativement simple à manier comme un questionnaire, et un ensemble de

causes inconscientes dont l'approche doit se faire par la méthode clinique et qui sont beaucoup plus délicates à généraliser... » (E. Thill).

Pour aller au cœur de cette recherche, il est nécessaire d'interroger « les perceptions subtiles », « les ressentis intérieurs », « l'intuitif irrationnel » que capte l'individu pratiquant la spéléologie.

Ces fonctions informatives, profondément enfouies la plupart du temps (sensation, sentiment, intuition, émotion), pouvaient ouvrir l'accès à ce qui est recherché dans ce projet.

Les entretiens ont été menés par trois intervenants de formations diverses : Jacques Sanna (psychopraticien) à l'origine de l'enquête, Anne Dispa (psychiatre hospitalière) et Anne-Marie Angot (médecin généraliste).

Soixante-trois entretiens ont pu être menés durant une année, ce qui est, en regard des obstacles techniques, un résultat très intéressant. Certes, l'échantillon est restreint et empirique, mais les réponses nous ont paru suffisamment riches pour ne pas prolonger l'enquête.

Le recueil des réponses a été analysé par les intervenants auxquels s'est ajouté Jean-Pierre Buch (médecin du travail et président de la CoMed), chacun ayant une lecture personnelle des réponses.

L'analyse psychologique

Le but de cet article n'est pas de publier l'intégralité de l'enquête, ce qui serait impossible pour des raisons de place, mais de susciter l'intérêt du lecteur pour un domaine très rarement abordé dans les pages de *Spelunca*.

Nous pouvons dire que cette analyse révèle beaucoup d'éléments allant dans le sens des hypothèses de départ.

Grâce au caractère particulièrement intimiste de cette enquête, il a pu être mis en évidence que la spéléologie, au-delà de toutes les facettes déjà connues, offre d'autres opportunités à ceux qui la pratiquent. C'est une grande « première », réalisée sans « désobstruction » !

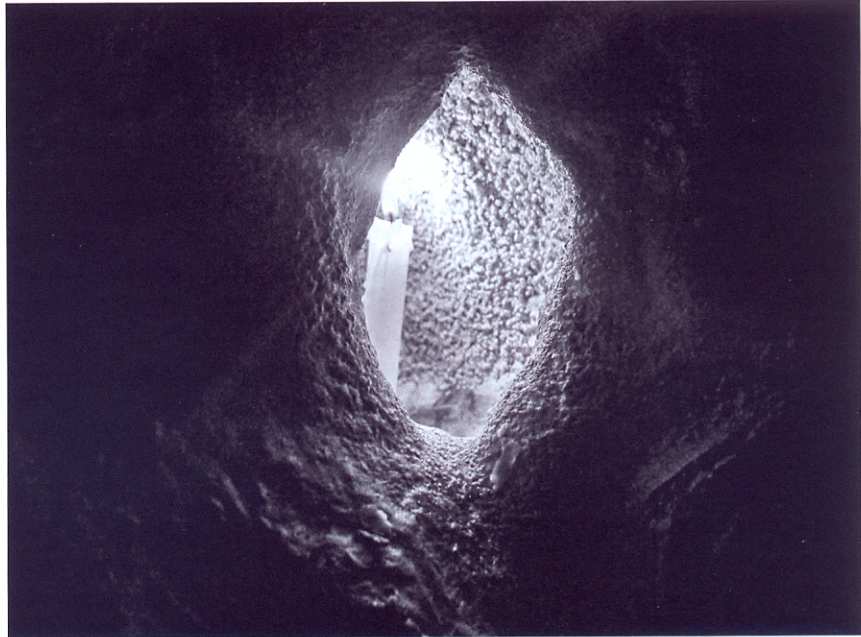
Vous trouverez dans cette interprétation psychanalytique des éléments nouveaux concernant les attraites et les retombées de la pratique de la spéléologie pour l'individu. Ces éléments donnent un autre aspect de notre activité : celui d'être un vecteur de développement personnel pour celui ou celle qui la pratique. De créer un contexte propice à la mise en relation avec son monde intérieur. De lui rappeler la nature de l'être qu'il est.

Ces résultats, obtenus par une méthode similaire à l'exploration spéléologique, aller dans les profondeurs de l'individu qui se rend dans celles du monde souterrain, vont certainement élargir l'image de la spéléologie. Science qui porte ses membres au centre de ce qu'ils sont.

Mais cette lecture est-elle la seule possible ? La seule envisageable ? Assurément non.

L'interprétation peut être différente selon le regard de celui qui pratique cette interprétation, selon son approche, son expérience. Le consensus est souvent difficile (impossible ?) en matière de psychologie. Il n'y a en tout cas pas de vérité unique.

Une autre interprétation de cette enquête conclut *a contrario* que la spéléologie ne donnerait pas accès aux « profondeurs » du moi ou à l'inconscient au moyen de l'obscurité, au fait d'aller sous terre dans la « matrice originelle »,



Les images suggestives mises en lumière sous terre peuvent laisser libre cours aux multiples interprétations. Cliché Véronique Doyen.

d'y croiser des formes phalliques ou de pénétrer dans des orifices évocateurs. Mais la spéléologie permet de revivre des expériences archaïques du corps, qui n'était pas encore un corps, puisque non perçu comme une entité, dans la période du développement où l'on naît, rampe, se déplace à quatre pattes... Expériences non nommables puisque le langage verbal n'est pas encore présent. Expériences néanmoins inscrites dans la mémoire inconsciente, permettant de les revivre différemment et justifiant l'indication de la spéléologie comme médiation thérapeutique.

Voilà une vision différente de cette enquête, tout aussi intéressante, riche et entendable.

Croiser les regards, révéler des facettes insoupçonnées, exprimer des points de vue différents, c'est aussi tout l'intérêt de cette enquête.

Que ses conclusions ne soient pas forcément partagées ne lui donne que plus d'attrait.

Ceux que ces constatations ne convaincront pas, pourront cependant prendre en compte l'extraordinaire charge

émotionnelle de l'activité. De multiples réponses abordent ce champ du ressenti, qui, à lui seul, peut justifier la place si particulière de la spéléologie dans le paysage des activités de pleine nature.

Si la courte présentation de cette enquête a aiguisé votre intérêt ou votre curiosité, ce que nous espérons sincèrement, vous pouvez facilement accéder à l'intégralité de cette enquête qui sort des sentiers battus.

Nous remercions chaleureusement tous ceux qui ont accepté cette aventure introspective inhabituelle, qui ont bien voulu aller plus loin et plus profond avec nous, en espérant que leur pratique en sera peut-être changée. Leur anonymat est bien sûr respecté.

Bibliographie

POIDEVIN FLORIAN (2014) : *La vie souterraine*, Document inédit.

JOVIGNOT FRANÇOIS (1997) : *Etude des aptitudes, des motivations, des profils sociodémographiques des spéléologues*, thèse université de Dijon, avec notamment la note de E. Thill.

Le compte rendu complet est téléchargeable sur le site de la CoMed (<http://comed.ffspeleo.fr/>).

Il fait l'objet du numéro 51 de *CoMed-Infos*, numéro thématique entièrement consacré à l'enquête.

Sur le site, aller dans l'onglet « Documents téléchargeables » puis dans « CoMed Infos » et cliquer sur le numéro 51.

Le lien direct est le suivant : http://comed.ffspeleo.fr/docs_comed/feuilles_de_liaison/Comed%20infos%2051.pdf