

La spiritualité sportive, gage de la forme intellectuelle

François MOTO NDONG

Chercheur, Philosophie de l'existence et de la religion

IRSH/CENAREST

motondong@yahoo.fr

RESUME

Pour développer leurs compétences, améliorer leur performance, entretenir et maintenir une bonne condition physique, et optimiser leur rendement, les sportifs font des exercices physiques et s'entraînent régulièrement. La vivacité, le fairplay et la disposition à travailler en équipe complètent et aident à améliorer ce dispositif de mise en forme. Ce modèle sportif, dont la rentabilité est remarquable, garantit aux pratiquants du sport une certaine efficacité. Sa transposition nécessaire et décisive dans le domaine intellectuel, dédié à la construction et à l'expression d'une pensée audible et percutante, pourrait produire les mêmes résultats, notamment lors des communications diverses, où les enjeux scientifiques personnels et communautaires sont importants.

MOTS-CLES : spiritualité, pensée, sport, forme, performance.

ABSTRACT

To develop their skills, improve their performance, maintain good physical condition, and optimize their performance, athletes do physical exercises and train regularly. Liveliness, fair play and readiness to work as a complete team complete and help improve this fitness device. This sporks model, whose profitability is remarkable, guarantees sports enthusiasts a certain efficiency. It's necessary and decisive transposition in the intellectual field, dedicated to the construction and expression of audible and powerful thought, could produce the same results, especially during various communications, where personal and community scientific issues are important.

KEYWORDS : spirituality, thought, sport, fitness, performance.

INTRODUCTION

Le concept de sport renvoie, de prime abord, à l'activité physique au cours de laquelle divers mouvements corporels sont exécutés avec une certaine régularité et suivant ou non un certain ordre. Il s'agit, le plus souvent, d'exercices de mobilité et/ou de contorsion visant à éprouver le corps physique, en lui faisant faire des efforts répétés, pendant une certaine durée et dont l'intérêt oscille entre le maintien et l'amélioration de la forme. L'idée que Leibniz se fait du corps en dit long sur la nécessité de le maintenir en forme : « Chaque corps organique d'un vivant est une espèce de machine divine, ou automate naturel qui surpassé infiniment tous les automates artificiels. » (Leibniz, 1978, p. 178.) La machine doit être entretenue, pour l'éventualité d'un usage immédiat. De même, le corps physique, substrat sportif indispensable, mérite un entretien régulier, devant garantir sa forme. La pratique du sport qui se fait généralement sous forme de jeux individuels ou collectifs peut donner lieu à des compétitions. Dans ce cas précis où les exigences, en termes de règle, de discipline et de rigueur, peuvent être très élevées, un entraînement méthodique régulier est donc indispensable, afin justement d'être à la hauteur des événements et surtout de se placer au plus haut niveau du classement des gagnants. Toutefois, il se pourrait bien que la pratique sportive qui rime généralement avec l'activité physique, c'est-à-dire qu'elle suppose l'implication quasi exclusive du corps physique, ne se limite pas à l'aspect physiologique de l'homme. Elle pourrait également s'exercer à travers au moins une autre des composantes de la nature humaine, à savoir l'esprit. Ainsi, au lieu de la considérer comme l'ensemble des croyances et des exercices qui concerne la vie spirituelle ou la forme particulière que prennent ces croyances et ces pratiques, la spiritualité est à envisager comme le caractère de ce qui est spirituel. Autant dire qu'il s'agit de l'esprit, conçu comme principe de penser ou la pensée, elle-même. « La substance, dans laquelle réside immédiatement la pensée, est ici appelée Esprit. » (Descartes, 1937, p. 391.) C'est l'entendement ou l'intellect qui définit et rend opérationnelle la fonction ou faculté intellectuelle de l'homme. « Je ne crois pas qu'on puisse douter que l'essence de l'esprit ne consiste que dans la pensée. » (Malebranche, 1979, p. 293.). Compte tenu des nombreuses et diverses attentes, des espoirs placés en l'esprit humain et surtout de la préparation nécessaire à l'expression de la pensée, il ne paraît pas incongru d'envisager l'application des méthodes sportives à la spiritualité ou à l'intellection, d'autant que, comme le corps physique et pour une optimisation de ses performances, la faculté pensante nécessite le maintien et même l'amélioration de sa forme. Cette hypothèse, somme toute plausible, ne manque tout de même pas de susciter quelques interrogations. D'abord, on peut se demander en quoi la spiritualité serait sportive et comment se manifesterait cette sportivité spirituelle. Ensuite, on peut s'interroger sur la possibilité ou la capacité pour la spiritualité sportive d'assurer la forme intellectuelle. Et, enfin, on peut questionner la qualité de la forme de l'intellect garantie par une spiritualité sportive. Les propositions de solution à ces différentes questions vont nécessairement donner lieu à l'examen des possibilités d'application des méthodes et usages sportifs à l'intellection et des résultats produit par ce modèle. Il s'agira de s'appuyer, dans cette analyse, sur des exemples pratiques où les méthodes et pratiques sportives ont servi d'appui au développement des aptitudes, des compétences et des performances intellectuelles ou discursives.

1. LA SPIRITUALITE SPORTIVE OU AVOIR L'ESPRIT SPORTIF

Avant d'envisager l'application des méthodes et/ou les dispositions sportives à l'esprit (la pensée discursive), il est absolument nécessaire de savoir quelles sont ces méthodes et dispositions susceptibles d'être empruntés au sport pour une utilisation spirituelle. Pour ce faire, on va s'appuyer sur une expression couramment employée non seulement dans le domaine spécifique du sport, mais aussi dans la vie ordinaire au quotidien : l'esprit sportif ou avoir l'esprit sportif. Cette expression est généralement utilisée, en guise de rappel de la nécessité du respect des normes spécifiques ou générales, lorsqu'il a été constaté une défaillance ou un manquement comportemental ou discursif. Elle sert aussi souvent de conseil. C'est certainement dans cette double logique que l'on peut considérer la déclaration suivante de Pierre de Coubertin (le fondateur des jeux olympiques modernes) : « le sport va chercher la peur pour la dominer, la fatigue pour en triompher, la difficulté pour la vaincre. » Que sous-entend donc l'expression « avoir l'esprit sportif » ? Pour déterminer à quoi renvoie ladite expression, il faut s'appuyer sur le domaine sportif auquel on la dédie en priorité. De façon générale, lorsqu'il est demandé à aux individus d'avoir l'esprit sportif, c'est qu'il a été constaté dans leurs attitudes et leur discours une certaine intolérance, manifestée par une conduite et des paroles agressives, inconvenantes ou intolérables. Faire un doigt d'honneur et proférer des injures font partie de ces actes discourtois pour lesquels l'esprit sportif est souvent invoqué. Dans ce cas, avoir l'esprit sportif signifie être fairplay, c'est-à-dire avoir une certaine souplesse d'esprit, une disposition à la tolérance, « un genre de sagesse qui surmonte le fanatisme, ce redoutable amour de la vérité » (Alain, 1958, p. 1095). Il se peut et il arrive régulièrement que le sportif qui se montre aussi intolérant se retrouve lui-même dans la même situation de contravention qu'il reproche aux autres. Sa clémence est sollicitée parce que, dans la même situation, il se pourrait bien qu'il veuille bénéficier de la même indulgence. Le fairplay permet également d'éviter l'escalade d'une situation tendue. Ici est interpellé l'esprit philosophe ou philosophique transcendant, dont la particularité souvent reconnue est le dépassement de soi, considéré comme la recherche continue d'amélioration des performances et le dépassement, synonyme de se mettre au-dessus des situations inconfortables ou problématiques. Pour Heidegger (1938, p. 32.), « Transcendance signifie « dépassement ». Est transcendant, c'est-à-dire « transcende », ce qui réalise ce « dépassement », ce qui s'y maintient habituellement. »

En dehors du fairplay, l'esprit sportif fait référence à la réactivité, c'est-à-dire à la vivacité qui doit caractériser les individus évoluant dans certains sports et/ou à certains postes, qui nécessitent pour leur tenue un éveil permanent et surtout la capacité de réaction rapide. La vivacité comme critère sportif indispensable peut ainsi avoir une double utilité, en particulier dans un combat avec un ou plusieurs adversaires : prendre des points et éviter d'en perdre. Si l'on prend un sport comme la boxe, par exemple, la réactivité apparaît comme l'une des dispositions ou la qualité, par excellence, des combattants qui peut faire la différence. Dans un combat de boxe, l'exécution rapide des mouvements que qualifie la vivacité, détermine souvent l'issue du match. Le boxeur le plus rapide, en termes d'enchaînement, entre délivrer les coups et esquiver ceux de l'adversaire, se met souvent dans les meilleures dispositions pour gagner le match. Dans un sport collectif comme le football, être vif a ceci d'avantageux qu'on peut non seulement se débarrasser

plus facilement d'un adversaire qui tente de vous déposséder du ballon, mais aussi de le récupérer au cours d'une chandelle ou une course à la suite d'une longue de passe. Comme les joueurs de champ et, peut-être plus qu'eux, le gardien des buts a besoin de la vivacité pour déjouer les tentatives de marquer des buts de l'équipe adverse, en arrêtant leurs tirs ou en les déviant hors du cadre de ses buts.

Avoir l'esprit sportif sous-entend également posséder des dispositions pour un travail en équipe. Dans ce cas, c'est la sociabilité des équipiers qui est visée. Comme le dit justement Karl Marx (1857, p. 150.), pour démontrer le caractère sociable inné de l'être humain, « L'homme est [...] un animal qui ne s'isoler que dans la société. » Évoquer la sportivité de l'esprit dans un groupe de travail ou une équipe ne suppose pas seulement d'avoir les compétences pour l'accomplissement optimal des tâches qui sont attribuées aux individus. Il leur est aussi souvent demandé une capacité d'adaptation qui lie la flexibilité à la tolérance, le sens de la mesure à la capacité de résilience, l'ouverture d'esprit à l'aptitude à l'écoute, la générosité au don de soi. Un joueur évoluant dans un sport collectif doit pouvoir se fondre dans la masse, trouver sa place dans l'équipe et jouer sa partition pour son fonctionnement harmonieux et son rendement optimal. Il est clairement antinomique d'être dans un sport collectif et évoluer en soliste.

Au-delà du fairplay, de la vivacité et de la disposition à pouvoir travailler en équipe, l'esprit sportif se nourrit de l'aptitude au respect des règles et de l'exercice ou de l'entraînement qui le maintiennent dans la régularité de la norme instituée et, surtout, dans la forme nécessaire pour le déploiement tous azimuts du sportif. Le respect des dispositions réglementaires et l'entraînement régulier ouvrent de meilleures perspectives au sportif en termes d'encadrement normatif du domaine sportif choisi, de réactivité dans la simple pratique sportive ou dans une compétition ainsi que les meilleurs résultats au bout du compte. Un sportif respectueux des règles et bien entraîné, demeure prêt au combat, parce qu'il aura développé des aptitudes, des automatismes ou réflexes, une vision juste du combat, des compétences particulièrement utiles et une performance à toute épreuve. C'est de cette manière qu'il peut optimiser son rendement. Exaltant les qualités de l'esprit humain qui a su se libérer, par le travail, des contraintes du besoin, Hegel (1971, p. 80-81.) note :

Son travail au service d'un autre, d'un côté, en lui-même une aliénation de son vouloir, mais en même temps, d'un autre côté, avec négation de son désir propre, le façonnage positif des choses extérieures par le travail, en ceci que, par lui, le soi fait de ses déterminations la forme des choses et que, dans son ouvrage, il a intuition de lui-même comme réalité objectale.

En d'autres termes, pour le sportif, le travail consiste précisément, avant la pratique sportive effective, dans l'entraînement, synonyme de la préparation, de la mise en condition, de la mise en forme, préparant l'exécution des mouvements le moment venu. C'est un travail préparatoire qui se fait ou qui doit se faire sur le sportif lui-même, par des exercices physiques et même psychiques de concentration.

2. SPORT ET EXERCICE SPIRITUEL : TRANSPOSITION, PAR ANALOGIE, DU MODÈLE SPORTIF DANS LE DOMAINE DE LA PENSÉE

La production et l'expression de la pensée, entendue comme un ensemble d'idées simples ou complexes en vue d'une communication, sous forme de monologue ou en intersubjectivité, sont des éléments d'une socialisation ambiante, dans laquelle l'être humain est éduqué et formé. « C'est le dialogue intérieur et silencieux de l'âme avec elle-même que nous appelons de ce nom de pensée. » (Platon, 1995, p. 383.) Dans ce cadre dédié à la formation de l'esprit humain, le langage apparaît à la fois comme la condition et l'instrument de réalisation de l'acclimatation sociale de l'individu. Comme l'indique Bergson (1959, p. 265.), « le langage [...] fournit à la conscience un corps immatériel où s'incarner. » Or, dès lors qu'il est question de la conscience de l'homme, la société humaine apparaît en filigrane, car celle-ci est à l'origine de sa formation. C'est précisément ce que sous-entend cette formule sartrienne : « la conscience est un être pour lequel il est dans son être question de son être en tant que cet être implique un être autre que lui. » (Sartre, 1976, p. 29). La déclaration de Lee Whorf (1969, p. 125.) s'inscrit dans la même logique :

Nous découpons la nature suivant les voies tracées par notre langue maternelle. Les catégories et les types que nous isolons du monde des phénomènes ne s'y trouvent pas tels quels, s'offrant d'emblée à la perception de l'observateur. Au contraire, le monde se présente à nous comme un flux kaléidoscopique d'impressions que notre esprit doit d'abord organiser, et cela en grande partie grâce au système linguistique que nous avons assimilé.

Le langage humain, qui présente une gamme de signes aussi divers que variés, se déploie à travers plusieurs canaux que l'être humain apprend, assimile et reproduit lors de ses diverses interactions communicatives. Il s'agit, entre autres, des paroles, des mots écrits, des gestes, des pas de danse, des mimiques et même des vides du silence. L'assimilation et la reproduction correcte de l'agencement de ces signes, en vue de la formation d'une pensée logique, cohérente et surtout audible, participe de l'intégration des locuteurs à la communauté humaine et donc de leur socialisation plus ou moins efficace. Il y a lieu d'insister, dans cette perspective, sur la fonction communicative absolument essentielle du langage. Celle-ci est au fondement de la compréhension, de l'harmonie et même de la paix sociale, pour peu qu'il y ait une parfaite symbiose entre les différents éléments interagissant dans une situation de communication, à savoir l'émetteur ou le discourant, le message, c'est-à-dire l'objet de la communication et le récepteur ou le destinataire du message. Pour Martinet (1963, p. 7.), « dans le parler ordinaire, « le langage » désigne proprement la faculté qu'ont les hommes de s'entendre au moyen des signes vocaux. » Au lieu qu'il se limite seulement aux signes vocaux, comme l'entend l'auteur, le langage dont il reconnaît la fonction essentielle de communication, utilise plusieurs autres signes (dont un certain nombre d'entre eux ont été présentés précédemment), pour son déploiement. Une communication réussie suppose ainsi, non seulement l'aptitude de l'émetteur à rendre audible son discours, à travers la correction, voire la simplification du style employé, la clarté du message à transmettre, qui ne doit pas laisser de place au doute, mais aussi, la capacité du

destinataire à décrypter et à saisir le message émis. Par ailleurs, un dysfonctionnement intervenu soit au niveau de l'un de ces éléments constitutifs d'une intersubjectivité, soit sur l'ensemble communicatif, où doivent s'établir la cohérence et la logique, entraîne souvent l'incompréhension, la méprise, voire la déroute. Du mauvais usage ou de l'emploi erroné des signes à la méprise sur le discours reçu, synonyme, pour ainsi dire, d'une interprétation erronée ou mauvaise de la substance du message transmis, en passant par l'absence ou la médiocrité de la qualité dudit message, le risque de dérapage d'une communication ainsi mal maîtrisée s'accroît. Bref, il faut percevoir dans cet ensemble de remarques utiles, au demeurant, la nécessité presqu'absolue du soin du langage, si l'on veut éviter toute méprise et garantir un meilleur positionnement possible ainsi qu'un rendement optimal de chacune des composantes intervenant dans une situation de communication.

Envisager une action sportive dans le domaine de la pensée, en tant que modèle inspirant ou à imiter, oblige à considérer en priorité l'expression orale car, ainsi qu'il en sera fait la démonstration, dans beaucoup de circonstances, l'écriture laisse beaucoup plus de temps de réflexion et de préparation au locuteur sur le point de communiquer que la parole. Si l'on ajoute à cette situation « du direct », pour emprunter une expression courante en journalisme ou de l'instantané, qui peut, à bien des égards, être incommoder ou incommodante, la pression latente ou expressive de l'auditoire, l'augmentation du stress, le trac et le risque de dérapage s'en trouvent d'autant plus exacerbés. La gêne, voire la honte personnellement éprouvée à la suite d'une communication insatisfaisante, le regard d'autrui que l'on imagine inquisiteur ou moqueur, la paralysie que peut susciter le trac intense qui précède le moment de la prise de parole sont autant de déconvenues possibles avant ou après une communication qui ne se serait pas déroulée comme on l'aurait souhaité. Contrairement à la communication orale, l'écriture procure, en principe et de prime abord, moins de stress au moment du passage à l'acte, tout simplement parce que, à moins qu'il y ait du monde autour lui, regardant en même temps ce qu'il écrit, le rédacteur s'exprime dans la tranquillité de sa solitude, sans pression. Par ailleurs, l'écrivain n'est pas pour autant totalement épargné de la pression et du stress, du moment où l'exposition de sa pensée au public peut également entraîner, après coup, des critiques, des attaques et même des railleries. Là aussi et, à la différence du communicant ayant choisi la parole, le vécu par un rédacteur de ces expériences qui peuvent être traumatisantes reste différé et par conséquent son impact peut être plus atténué.

Pour son confort personnel et celui du public auquel il s'adresse, pour se ménager, se donner une certaine sérénité, contenter le public en face de lui et s'épargner une gêne personnelle ainsi que d'éventuelles railleries, l'orateur sera bien avisé d'emprunter les méthodes sportives pour un discours ou une communication maîtrisée. En d'autres termes, il doit appliquer à l'exercice intellectuel de construction et d'expression de la pensée la ou les recettes souvent pleines de succès du sport où les acteurs performent la plupart du temps, grâce notamment à l'exercice et à l'entraînement. Plus qu'une simple envie ou une volonté mollement exprimée d'expérimenter les méthodes et usages sportifs de mise en forme, la sportivité intellectuelle doit être et apparaît désormais comme une absolue nécessité au cœur du développement humain ou personnel. Le développement humain ou personnel est d'ailleurs le terme consacré pour définir le besoin de

perfectionnement des capacités et compétences intellectuelles des différents acteurs travaillant dans les administrations privées et publiques. Cette activité plébiscitée par un nombre inestimable d'acteurs opérant dans divers domaines d'activité a suscité des vocations et fait naître de nouveaux métiers tels que le coaching personnel ou professionnel, le coach d'entreprise, le coach d'équipe, le coach de dirigeant, le coach scolaire. Elle intéresse donc au plus haut niveau tous ceux et toutes celles qui veulent et sont appelés à s'illustrer dans la communication orale. Les maîtres-mots, dans ce cadre où les risques de glissement sont nombreux et peuvent être très inconfortables, sont le développement personnel ou professionnel, l'adaptation, les connaissances, la performance ou l'efficacité, la compétence, la confiance et surtout la maîtrise de soi et de son sujet. Martinet (1963, p. 20.) conçoit la langue comme « un instrument de communication selon lequel l'expérience humaine s'analyse. » Deux concepts de cette déclaration sont particulièrement importants : expérience et analyse. Le premier fait référence à l'accumulation d'aptitudes et de savoir-faire, synonyme de compétence et prédisposant à la performance ; le second, quant à lui, semble souligner la mise à l'épreuve critique à laquelle peut être soumis le locuteur. Ce dernier aurait par conséquent tout intérêt à travailler à l'amélioration de son discours, afin d'éviter toutes déconvenues. Les développeurs ou coaches qui ont fait de l'activité de coaching, certes devenue indispensable mais qui était au départ un hobby ou une démarche personnelle des individus qui voulaient s'affranchir des difficultés, des freins, des blocages et autres éléments perturbateurs de la communication orale, ont suscité des vocations et participé à l'éclosion d'un nouveau métier : le coaching. Étant donné, non seulement que tout le monde ne dispose pas de moyens suffisants pour s'offrir les services d'un coach, mais aussi qu'ils ne sont pas disponibles dans tous les pays, le seul moyen pour parvenir à une préparation intellectuelle avant communication reste l'adoption des méthodes sportives usuelles lors des préparations des compétitions sportives. Les plus importantes d'entre elles développées au premier point serviront de base d'appui ou de transposition vers le domaine de la pensée.

Avant de voir comment utiliser les méthodes sportives dans le domaine intellectuel, il importe d'identifier les catégories d'acteurs confrontés ou susceptibles de faire face aux risques d'une communication mal maîtrisée. Il s'agit en réalité d'un large panel de potentiels communicants et d'orateurs en situation de communication réelle. Parmi les plus exposés, apparaissent les hommes politiques, appelés entre autres à tenir des meetings populaires, où ils sont écoutés, à participer aux rencontres et débats divers, à répondre aux questions des journalistes, etc. Quasiment dans les mêmes circonstances, les syndicalistes doivent se soumettre à l'exercice de la communication orale. Dans une autre dimension et sous un autre angle, les enseignants-chercheurs et chercheurs, dont le discours reste l'essence et le cœur du métier, à la fois parce qu'ils doivent donner les enseignements aux apprenants et parce qu'ils n'ont d'autres choix, s'ils veulent les faire connaître, que d'exposer, par la parole, les résultats de leurs recherches, tiennent la communication pour seconde nature. En d'autres termes, ils seront appelés à s'exprimer un jour ou l'autre. En tant qu'éclaireurs de la société, ils peuvent se saisir, par eux-mêmes, d'une question sociale donnée ou scientifique et la rendre accessible, grâce à la communication, à la communauté scientifique et/ou au plus grand nombre, comme ils peuvent être sollicités dans cette même perspective. Dans des conditions, à peu près,

similaires, le journaliste est, par principe et par nature, un communicant. Destinés à la collecte et à la divulgation de l'information, ils doivent ensuite communiquer. Pour résumer ou présenter globalement la communication et les acteurs qui y interviennent, il faut retenir que les exercices et autres méthodes sportives de préparation sollicitées dans le cadre intellectuel, intéressent ou doivent intéresser tous les individus qui entendent communiquer, quel que soit le domaine, quelles que soient les circonstances et quel que soit le moment. Certains naissent avec un don particulier et des dispositions particulièrement avantageuses pour tenir, sans grand effort, une communication maîtrisée. Ils peuvent, peut-être, se passer de l'inspiration sportive à cet effet. En revanche, d'autres communicants, plus ou moins désavantagés de ce point de vue, nécessitent d'autant plus un entraînement comparable à celui des sportifs.

Avoir l'esprit sportif, a-t-on dit, c'est disposer d'une certaine flexibilité d'esprit pour pouvoir s'intégrer plus facilement dans un collectif de travail et/ou de communication, c'est faire preuve de fairplay, une tolérance qui va permettre le dépassement de soi et des événements potentiellement problématiques auxquels on peut être confrontés et, c'est surtout être paré à toutes éventualités de communication. La réactivité, la vivacité d'esprit, le fait d'avoir des réflexes justes pour pouvoir, à tout moment, dans n'importe quelles circonstances et quel que soit le sujet, mener à bien les débats sont indispensables. Dans le domaine intellectuel où il est question d'exprimer un point de vue et entendre celui des autres orateurs, la flexibilité d'esprit permettrait de s'en tenir à ses convictions discursives, de ne pas être influencé ou démonté par les contradicteurs et d'avoir l'humilité, sinon la courtoisie, voire la modestie de les écouter. C'est aussi respecter leur opinion, éviter toute condescendance ou tout mépris des autres, afin de garantir un débat serein. L'intersubjectivité qui fixe un cadre de communication où les idées, potentiellement contradictoires, voire opposées, peut engendrer des dérapages non seulement verbaux, mais aussi physiques. Parfois, les hommes en viennent aux mains lorsque la communication entre eux échoue. Pour éviter ces cas extrêmes, l'esprit sportif apparaît comme une voie de salut. Au moins autant que les sportifs, les communicants se doivent de développer des réflexes qui leur permettraient de se sortir de toutes les situations où ils pourraient être amenés à s'exprimer. Cette réactivité, cette vivacité d'esprit ne sont accessibles que grâce à des enseignements, des exercices et un entraînement suivi et encadré semblables à ceux des sportifs. La préparation intellectuelle, à la manière des sportifs, a donc ceci d'intéressant de permettre la maîtrise des codes, des éléments de langage appropriés pour des communications adaptées et justes. En d'autres termes, si le communicant n'a pas pris la précaution de se former à la maîtrise de cet ensemble de normes discursives, le risque de dérapages reste élevé. Beaucoup d'orateurs s'illustrent malheureusement de façon négative lors de ces communications non maîtrisées. Ils disent et font des choses qui ne correspondent ni aux circonstances ni aux endroits où ils prennent la parole. Combien de fois on a vu les hommes politiques, les syndicalistes, les enseignants et les chercheurs s'illustrer négativement dans des communications non maîtrisées ! Afin d'éviter d'éventuelles déconvenues, une transposition des méthodes de mise en forme sportive au domaine intellectuel s'avère nécessaire, car, comme les sportifs, les penseurs ont besoin de se préparer, de se doper, de s'aguerrir et de performer lors des communications, afin que celles-ci soient justes, maîtrisées et bénéfiques aussi bien pour eux-mêmes que pour l'auditoire. Pour Alain (1958, p. 499.) :

L'objet premier [de l'enfant] n'est pas de signifier quelque chose, mais d'abord de produire un signe. Oui, d'abord cette chose admirable, un signe ; ce qui est obtenu lorsqu'on reçoit en réponse le même signe. Voilà ce que c'est premièrement que communiquer. On parle, on est compris ; ensuite peut-être on saura ce qu'on dit.

Trois rapports particulièrement intéressants et importants transparaissent dans cette déclaration : d'abord l'émission par le locuteur d'un message à travers la communication ; la réception et la bonne interprétation par le récepteur du message émis et la double compréhension de l'objet de la communication à la fois par le destinataire du message, qui rendrait également possible celle de l'émetteur. En réalité, la compréhension par le destinataire du message de son contenu apparaît comme un moyen de vérification pour l'émetteur du caractère audible de son message. Ce processus n'est complet ou n'aboutit que si, en amont, le locuteur s'est entouré du maximum de précautions pour une bonne qualité de sa communication. Cela passe naturellement par une préparation, matérialisée par des exercices et des entraînements suivis et réguliers, à la manière des sportifs.

3. LES BIENFAITS DE L'ESPRIT SPORTIF DANS LE DOMAINE INTELLECTUEL : VIVACITE, DEVELOPPEMENT DE COMPETENCES REDACTRICES ET DISCURSIVES, PERFORMANCE

L'esprit sportif est sous-tendu par des méthodes et des usages de mise en forme des sportifs, qui forment et maintiennent son ossature. Grâce à eux, les acteurs évoluant dans le sport développent des compétences et performent, quels que soient les niveaux de la pratique sportive : le sport amateur ou de bas niveau, avec moins d'intensité et le haut niveau, plus intensif, qui rassemble généralement les professionnels de ce domaine d'activité. En plus de ou avec le fairplay, la réactivité et l'aptitude à travailler en groupe, l'exercice et l'entraînement réguliers permettent aux sportifs de répondre aux sollicitations surprises et/ou prévues. La disposition permanente à la participation au jeu qui exige une condition à la fois physique et mentale irréprochable est le signe et la preuve de leur forme physique effective, garantie par ces méthodes et pratiques de préparation. Toutefois, une forme physique parfaite n'aurait aucun intérêt si elle n'est pas mise à profit lors des compétitions ni ne permet d'obtenir la victoire au bout des épreuves sportives. Un sportif qui se soumet aux exigences de son domaine, c'est-à-dire en applique les méthodes, performe donc logiquement dans les compétitions et surtout atteint son objectif final : engranger des victoires. C'est la preuve, en fin de compte, que l'acteur sportif a développé des compétences et des performances dont la démarche sportive rassemblant des exercices et des mouvements exécutoires répétitifs est l'élément déclencheur et constitutif. Transposée dans le domaine intellectuel consacré à la production et à l'expression de la pensée, cette démarche sportive de l'éveil, du développement des réflexes et de la promptitude dans les réactions et le maintien au haut niveau de la performance, y apporte indubitablement des vertus et des atouts certains. Un esprit bien formé et surtout entraîné, à la manière sportive, est logiquement plus aguerri. C'est ce que Leibniz (1966, p. 136.) nomme « l'intellection » : « l'exercice [de l'entendement], dit-il, s'appelle intellection, qui est une perception distincte jointe à la faculté de réfléchir. » Sur cette lancée de mise en forme permanente, la faculté de pensée

aura acquis des réflexes susceptibles de l'aider à se sortir valablement de n'importe quelle situation de communication. Un esprit pensant qui se comporte comme un sportif manifeste une adaptabilité certaine, gage d'une performance dont l'efficacité est quasi sans limite. Celle-ci se caractérise notamment par une flexibilité d'esprit, rend toujours opérant son déploiement quels que soient les circonstances et le moment. Dans cette logique de disponibilité d'action presque permanente, disponibilité qui découle d'une préparation minutieuse et rigoureusement suivie, ayant produit des résultats escomptés, la faculté pensante se libère des chaînes de la peur, de l'angoisse et du stress ou du trac qui précèdent le moment de la prise de parole en public mal préparé. Elle accède ainsi à la liberté, cette sorte de sérénité et de calme spirituels éprouvés lorsqu'on a acquis l'assurance de ses certitudes. Outre l'assurance de sa capacité permanente à communiquer, l'esprit pensant ne relâche pas l'effort d'acquisition de nouvelles connaissances ; au contraire, il reste en permanence en alerte, se rend disponible et travaille justement à la culture du savoir ou au développement de la disposition à connaître. Garder l'esprit ouvert et perméable ou réceptif aux nouvelles connaissances fait également partie des gains substantiels d'une spiritualité sportive. Avec enthousiasme et envie, un esprit intellectuel sportif se dispose à la connaissance, au savoir.

Un esprit pensant peut toujours se faire de la forme acquise grâce à l'adoption des méthodes et usages sportifs. Toutefois, cette satisfaction ne peut qu'être partielle si ladite forme intellectuelle ne s'est pas confrontée à l'épreuve de la pratique dont la participation à une communication peut valider l'effectivité. En d'autres termes, la faculté de penser atteint sa plénitude à la suite d'une communication réussie ; cela suppose deux choses : la réalisation de la performance souhaitée par le communicant et la satisfaction de l'auditoire. Le résultat satisfaisant ainsi obtenu ne peut qu'ouvrir des perspectives intéressantes. Le fait pour le communicant de réaliser une bonne performance discursive est synonyme d'une autopromotion intellectuelle. Dans la même logique, la satisfaction du public déclenche, elle aussi, une autre promotion, cette fois-ci orchestrée par les destinataires de la communication, dont l'enchantement ne peut que pousser à la publicité de ce qu'ils ont vu et entendu d'agréable et de bien. La bonne réputation acquise, grâce à l'application par le penseur des méthodes et pratiques sportives dans la sphère de l'intellect et éprouvées dans de nouvelles communications où la réussite est au rendez-vous, ouvre la voie à diverses sollicitations, dont certaines peuvent être très lucratives. La transposition des méthodes et pratiques du sport dans le domaine de la pensée peuvent non seulement garantir une certaine forme intellectuelle, mais aussi produire des résultats inespérés tels que présentés précédemment.

4. LES MEFAITS D'UNE APATHIE INTELLECTUELLE : SCLEROSE, OUBLI ET PERTE DE CONNAISSANCES, MALAISE INTELLECTUEL (DANS LES EXERCICES DE REDACTION ET DE COMMUNICATION)

Il n'est pas nécessaire d'aller chercher loin pour trouver les conséquences d'une indolence intellectuelle affirmée. Comme l'indique sa définition générique ou courante, à savoir l'attitude consistant à éviter tout effort et/ou toute peine, la paresse va produire le même effet négatif dans n'importe quel domaine où elle va s'exprimer. Dans le domaine

intellectuel, elle se manifesterait par une sorte de paralysie qui annihile ou empêche toute velléité, tout effort de construction et même d'expression de la pensée. Dans ce cas, l'esprit affiche un refus catégorique conscient de la culture du savoir et du développement des connaissances. Par conséquent, le penseur, atteint par ce qui s'apparente ainsi à une pathologie intellectuelle, ne verrait aucune utilité à s'intéresser au fonctionnement des méthodes et pratiques sportives susceptibles d'être appliquées au domaine intellectuel, encore moins à les emprunter pour la formation et l'expression de la pensée. Son essence-même d'esprit indolent fait qu'il demeure dans l'immobilisme et l'apathie intellectuelle, qui constituent des blocages épistémologiques à l'épanouissement d'une pensée libre et souveraine, ainsi que des motifs d'un laisser-aller ou d'un découragement intellectuel expressif. Réprimandant tout effort intellectuel et s'accommodant du laisser-faire ou du rien-faire, l'esprit paresseux court de nombreux risques. Ceux-ci le laisseraient totalement indifférent aux exercices et entraînements productifs de la forme intellectuelle, puisqu'il est conscient et manifeste consciemment son désintérêt pour la science et la communication scientifique. Étant donné, malgré tout, la nécessité d'entretenir, comme dans le sport, les mécanismes de construction et d'expression de la pensée, toute réfraction de l'exercice et de l'entraînement en la matière, conduit en premier lieu à l'oubli des connaissances préalablement mémorisées. La mémoire qui doit être active en permanence peut devenir défaillante, incapable de jouer son double rôle de rétention et d'élimination des souvenirs selon un certain ordre de leur importance, si elle reste longtemps inactive. Pour Kant (1964, p.58.) « La mémoire diffère de l'imagination purement reproductive en ce qu'elle a le pouvoir de reproduire volontairement la représentation antérieure : l'esprit par conséquent n'est pas un simple jouet. » Il souligne ainsi l'effort consenti par la mémoire, par l'esprit, par la pensée, permettant d'aller à la conquête des souvenirs. La réminiscence est une démarche éminemment active qui nécessite un certain entraînement et doit s'exercer afin de se souvenir. Sachant qu'elle alterne, selon une fréquence relativement cadencée, entre l'oubli et le souvenir, la partie relative à l'oubli est susceptible d'occuper plus d'espace que celle du souvenir, puisque, dans tous les cas, l'oubli a ceci de particulier qu'il ne nécessite pas souvent d'effort spécifique pour exister. C'est précisément ce que sous-entend Merleau-Ponty dans sa conception de l'inconscient qui peut d'ailleurs également s'appliquer à l'oubli, ces deux concepts entretenant un rapport très étroit, identifié dans la non-présentification dans la mémoire de certaines réalités. Pour ce philosophe, « L'inconscient ne peut pas être un processus en "troisième personne", puisque c'est lui qui choisit ce qui, de nous, sera admis à l'existence officielle. » (Merleau-Ponty, 1960, p.291.) Ici, est pointé le pouvoir presqu'absolu de l'oubli ou l'inconscient, lui permettant de prendre à défaut notre faculté de rétention. À l'inverse, une stimulation de la mémoire s'avère nécessaire, à travers des efforts intellectuels réels pour déclencher ou retrouver certains souvenirs. Ainsi, le fait pour le penseur de laisser s'installer l'immobilisme dans la réflexion tue le souvenir et exalte l'oubli. Ensuite, un esprit pensant indolent risque la sclérose.

Synonyme d'engourdissement, la sclérose caractérise l'incapacité manifeste à évoluer et/ou à s'adapter à une nouvelle situation par manque de dynamisme et/ou par vieillissement. C'est précisément ce flétrissement des facultés d'adaptation et d'évolution que risque tout potentiel communicant qui ne mise pas, de sa propre volonté ou non, sur les méthodes et les pratiques sportives dans les exercices intellectuels. De même que

tout organe physique ou physiologique finit par s'atrophier si l'on en vient à diminuer ou à arrêter son usage, de même une faible utilisation ou une non-utilisation des facultés intellectuelles produirait le même effet, c'est-à-dire qu'elles conduiraient à leur inhibition. La diminution, l'affaiblissement ou le manque et/ou l'absence de tonus de la structure des facultés intellectuelles, due à un manque d'entraînement ou d'utilisation apparaît à la fois comme un risque et une conséquence d'une dénégation des pratiques et méthodes sportives dans le cadre intellectuel. La liste des conséquences s'allonge au fur et à mesure que persiste le refus de s'inspirer du modèle sportif de l'entretien permanent de la forme des capacités physiques au niveau intellectuel. Dans cette perspective et, comme dans le cas de la mémoire qui oscille entre l'oubli et le souvenir, la manque d'exercice intellectuel conduit à la perte momentanée ou définitive des connaissances. Or, le fait pour le penseur de ne pas pouvoir invoquer une ou plusieurs connaissances peut être terriblement pénalisant, surtout si cela arrive au cours d'une communication, scientifique ou non. Il éprouve alors un malaise intellectuel qu'aucun communicant n'aime expérimenter. Par conséquent, ne pas se servir du sport comme modèle d'inspiration pour l'entretien et le maintien de la forme physique, dans la construction et l'expression de la pensée, en vue de la performance intellectuelle permanente comporte des méfaits et des conséquences qui peuvent conduire aux désastres, lors des communications.

5. NECESSITE DU MAINTIEN DE L'ESPRIT SPORTIF DANS LE DOMAINE INTELLECTUEL POUR PARER A TOUTES EVENTUALITES EN MATIERE DE COMMUNICATION

Il n'y pas d'autres choix que de conserver l'esprit sportif dans le domaine intellectuel et au-delà, si l'on espère un rendement optimal. La condition physique, gage de la possibilité permanente pour le sportif d'affronter, en tout temps, n'importe quelle épreuve sportive, équivaut à la performance intellectuelle, susceptible de garantir au penseur ou communicant une réactivité ou une vivacité d'esprit devant lui permettre de parer à toutes éventualités, en termes de communication ou d'exercice intellectuel. Plus que le fairplay qui renvoie à l'aptitude prononcée des sportifs à la tolérance et l'esprit collectif qui symbolise leur sociabilité remarquable, l'exercice et l'entraînement qui constituent des piliers sportifs pour le maintien et l'entretien de la forme sont des usages sur lesquels doit s'appuyer l'intellect pour le développement de ses compétences et de ses performances. Choisir de passer outre cette consigne, c'est courir le risque d'une contreperformance rédhibitoire, avec tout ce qu'elle engendre comme méfaits et conséquences négatives, dont le malaise intellectuel. À l'opposé, opter pour l'esprit sportif peut apporter la garantie de qualités intellectuelles susceptibles d'aider le penseur en toutes circonstances. Il est donc nécessaire, si l'on a à cœur l'éveil spirituel permanent, de garder l'esprit sportif. Ce n'est pas toujours facile de maintenir ce contact sportif pour une vie intellectuelle animée, d'autant que l'esprit n'est pas sollicité tout le temps. Dans le cas de certains chercheurs ou intellectuels qui évoluent dans divers domaines, les sollicitations, peu nombreuses, voire inexistantes, ne les disposent pas nécessairement à une activité intellectuelle intense ou simplement régulièrement. Souvent, voire toujours sans commandes publiques de recherche orchestrées par l'État, leur employeur, comme c'est le cas au Gabon, les acteurs de la recherche se confinent dans leurs activités personnelles et individualistes. Dans ces conditions où le manque d'activités suscitées peut constituer un

handicap, voire un blocage épistémologique, beaucoup de chercheurs peuvent succomber au laisser-aller, à l'oisiveté. Ils n'utiliseraient pas les méthodes et pratiques sportives dans le domaine de la pensée. À côté ou à l'opposé de cette catégorie de chercheurs gagnés par l'apathie intellectuelle, se tiennent une autre catégorie d'acteurs de la recherche scientifique qui maintiennent le cap, s'illustrent dans la pratique spirituelle sportive et performent donc aussi bien dans l'écriture que dans la parole. L'univers de la recherche apparaît ainsi comme un site d'expérimentation particulièrement intéressant pour pouvoir évaluer l'aptitude des penseurs à conserver ou non l'esprit sportif ou d'appliquer ou non la sportivité dans la spiritualité, au regard de la liberté qui leur est quasiment imposée et les oblige à se débrouiller par eux-mêmes, en matière de production et de participation aux activités scientifiques.

CONCLUSION

La spiritualité sportive peut garantir une certaine forme intellectuelle, nécessaire lors des communications, que celles-ci soient annoncées, donc préparées, ou spontanées. Il faut entendre par spiritualité, non pas l'ensemble des croyances ou des pratiques liées à l'âme et à l'esprit, mais plutôt la qualité de l'esprit, identifiée dans la pensée. La spiritualité se rapporte ainsi à ce qu'on appelle l'esprit sportif, c'est-à-dire un processus de construction et de manipulation de la pensée inspiré du modèle sportif. Pour que la spiritualité soit sportive, elle doit emprunter et imiter, dans les différents mouvements de la pensée, les méthodes et les pratiques usuelles dans le sport. La réactivité ou la vivacité dans l'accomplissement des gestes d'attaque ou de défense, le fairplay qui marque, au fond, la capacité de dépassement de soi et des éventuels écueils liés à la pratique du sport et l'esprit d'équipe qui symbolise la qualité de sociabilité qui doit caractériser tout sportif évoluant dans une équipe constituée, non seulement des co-équipiers joueurs, mais aussi de tous les membres du staff technique et administratif, ainsi que l'exercice et l'entraînement, sont autant de méthodes et pratiques sportives qui devraient inspirer les penseurs-communicants. L'adoption ou la transposition du modèle sportif, synonyme d'une préparation permanente, dans le domaine de la pensée discursive permettrait aux orateurs d'être entraînés, préparés et parés à toutes éventualités, en termes de production et d'expression de la pensée, par l'écriture comme par la communication orale. Une telle démarche de conditionnement et de préparation de l'esprit ne peut que produire des bienfaits. À l'inverse, la réfraction vis-à-vis du modèle sportif dans le processus intellectuel reste susceptible de méfaits. Par conséquent, il vaut mieux, pour rester performant et compétent dans le domaine intellectuel, adopter les méthodes et pratiques sportives qui, grâce à la préparation par l'exercice et l'entraînement, maintiennent et entretiennent la forme intellectuelle, utile dans toutes les situations de communication.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Alain (1958).** *Définitions*, in *Les arts et les Dieux*, Paris, la Pléiade, Gallimard.
Alain (1958). *Vingt leçons sur les beaux-arts*, in *Les arts et les Dieux*, la Pléiade, Gallimard.

- Descartes, R. (1937).** *Réponses aux cinquièmes objections*, in Œuvres complètes, Paris, la Pléiade, Gallimard.
- Hegel, G. W. F. (1971).** *Propédeutique philosophique*, Paris, Denoël.
- Heidegger, M. (1938).** *Qu'est-ce que la métaphysique « Ce l'être-essentiel d'un fondement ou « Raison » »*, Paris, Gallimard.
- Kant, E. (1964).** *Anthropologie du point de vue pragmatique*, Paris, Vrin.
- Malebranche, N. (1979).** *De la recherche de la vérité*, in Œuvres complètes, Paris, la Pléiade, Gallimard.
- Martinet, A. (1963).** *Éléments de linguistique générale*, Paris, Armand Colin.
- Marx, K. (1857).** *Contribution à la critique de l'Économie politique*, Paris, éditions sociales.
- Merleau-Ponty, M. (1960).** *Signes*, Paris, Gallimard.
- Leibniz, G. W., 1966,** *Nouveaux essais sur l'entendement humain*, Paris, Garnier-Flammarion.
- Leibniz, G. W. (1971).** *Monadologie*, Paris, Delagrave.
- Platon (1995).** *Le Sophiste*, in Œuvres complètes, Paris, Budé, Belles lettres.
- Sartre, J. P. (1976).** *L'être et le néant*, Paris, Gallimard.