

L'expérience créatrice et relationnelle du vivant : Pour une autre façon de composer les mondes

Isabelle Miron

Volume 2, numéro 2, hiver 2025.

Résumé de l'article

Savoirs, Discours et Création : Imaginer l'« Autre » - perspectives de l'Inde et du Canada

URL : <https://edition.uqam.ca/rias/article/view/2944>

Cet article est ancré dans trois champs de spécialisation distincts : la pratique artistique, la pratique contemplative bouddhiste theravada et l'écologie. Il propose de réfléchir sur une démarche artistique issue d'une pratique contemplative plongeant dans une expérience intime du vivant, démarche dont les études académiques francophones en art et en humanités environnementales ne se sont pas encore saisies. Alors que la dynamique créatrice de sens du vivant nous est le plus souvent voilée, nous coupant de nous-mêmes comme du monde, l'investissement volontaire dans cette expérience intime et relationnelle fait émerger chez l'artiste un pouvoir d'agir qui, tout en ayant la capacité de la·le revitaliser, l'ouvre à la création d'œuvres éthiquement orientées vers la *reliance*, ce qui contribue à instaurer la culture du vivant nécessaire à la revitalisation de nos relations éthiques avec le vivant.

Mots clés : Méditation, Bouddhisme Theravada, Création, Écologie, Éthique .

Éditeur(s)
Revue interdisciplinaire sur l'Asie du Sud

ISSN 2817-7770

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Miron, I. (2025). « L'expérience créatrice et relationnelle du vivant : Pour une autre façon de composer les mondes ». *Revue interdisciplinaire sur l'Asie du Sud*, 2(2), 38–44.

Tous droits réservés ©

L'expérience créatrice et relationnelle du vivant : Pour une autre façon de composer les mondes¹

Isabelle Miron²

Résumé

Cet article est ancré dans trois champs de spécialisation distincts : la pratique artistique, la pratique contemplative bouddhiste theravada et l'écologie. Il propose de réfléchir sur une démarche artistique issue d'une pratique contemplative plongeant dans une expérience intime du vivant, démarche dont les études académiques francophones en art et en humanités environnementales ne se sont pas encore saisies. Alors que la dynamique créatrice de sens du vivant nous est le plus souvent voilée, nous coupant de nous-mêmes comme du monde, l'investissement volontaire dans cette expérience intime et relationnelle fait émerger chez l'artiste un pouvoir d'agir qui, tout en ayant la capacité de la·le revitaliser, l'ouvre à la création d'œuvres éthiquement orientées vers la *reliance*, ce qui contribue à instaurer la culture du vivant nécessaire à la revitalisation de nos relations éthiques avec le vivant.

Mots clés : Méditation, Bouddhisme Theravada, Création, Écologie, Éthique.

Abstract

This article is rooted in three distinct fields of specialization: artistic practice, Theravada Buddhist contemplative practice and ecology. It proposes to reflect on an artistic approach that stems from a contemplative practice that delves into an intimate experience of the living world, an approach not yet taken up by French-language academic art and environmental humanities studies. While the meaning-creating dynamics of the living world are more often than not veiled from us, cutting us off from both ourselves and the world, the willing investment in this intimate, relational experience gives rise to a power of action in the artist that, while having the capacity to revitalize him or her, opens him or her up to the creation of works ethically oriented towards connection, helping to establish the culture of the living necessary to revitalize our ethical relationships with the living world.

Keywords : Meditation, Theravada Buddhism, Creation, Ecology, Ethics.

¹ © Cet article est sous l'égide de la licence [CC BY-NC-ND](#).

² Professeure au département d'études littéraires de l'Université du Québec à Montréal (Québec) : miron.isabelle@uqam.ca.

Introduction

Dans les milieux culturel et académique anglophones, les liens entre la pratique contemplative bouddhiste et les arts occidentaux sont largement attestés (Baas et Jacob, 2004 ; Baas, 2005 ; Baas et Jacob, 2009 ; Colzato *et al.*, 2012; Capurso *et al.*, 2014 ; Sivanesan, 2022 ; *Mandala Lab*, Rubin Museum of Art, New York, 2022-2024). De même, la relation entre la méditation et l'écologie est bien abordée dans les milieux académiques anglophones (Hunt-Badiner, 1990 ; Kaza et Kaft, 2000 ; Loy, 2019 ; Analayo, 2019). Cependant, la relation entre l'art, la méditation et l'écologie y est à ce jour peu manifeste, malgré le fait que ce triple lien se retrouve ouvertement chez certains artistes anglophones, comme Kath Fries, Ruth Ozeki ou Ben Okri, et résonne avec nombre de démarches de *land art* ou d'*ecological art*.

La situation est tout autre dans les milieux culturels et académiques francophones. S'il existe des recherches et recherches-créations sur les liens entre pratiques spirituelles et artistiques (Boutet, 2016, 2015, 2007), seuls quelques écrits font mention de l'entrelacement spécifique des pratiques bouddhistes et artistiques (Ninacs, 2011¹ ; Cotton, 2011 ; Guerrera, 2020 ; et plus substantiellement, en France, Filliot, 2016, 2016 et Brohon, 2022). En ce qui concerne encore plus spécifiquement l'entrelacement des pratiques contemplatives bouddhistes, de l'art et de l'écologie, il n'existe pas à ma connaissance de publication, recherche ou recherche-création en français permettant de comprendre, chez l'artiste, la particularité d'une expérience intime du vivant issue d'une pratique de méditation bouddhiste dans ses impacts sur le processus artistique, l'émergence d'une œuvre, et leurs implications éthiques et esthétiques relatives au vivant, même si cet entrelacement se retrouve chez certains francophones comme l'artiste en arts visuels Nathalie Lavoie ou l'auteure et commissaire Caroline Loncol Daigneault.

Avec cet article, j'aimerais contribuer à la compréhension et à la visibilité de cet entrelacement en abordant la pratique de la méditation bouddhiste theravada dans le cadre de ma propre pratique artistique². Ceci me permettra, je l'espère, de faire valoir la pertinence d'un intérêt académique francophone à l'égard de cette démarche menant à une expérience intime du vivant et pouvant apporter, chez les artistes de toutes disciplines, une contribution à une autre façon de *composer les mondes*. À ce sujet, je précise que, même si ma réflexion prend appui sur ma démarche littéraire et artistique (Miron *et al.*, 2022), le verbe *composer* se rapporte tout d'abord à la potentialité créative de chacun·e dans son propre rapport au monde, et non pas seulement à la capacité des artistes. Je m'appuie ici sur les savoirs des sciences cognitives, qui ont bien montré que « la réalité » n'est pas prédonnée ni, donc, unique, mais bien au contraire, qu'elle

¹ Je n'inclus pas dans cette liste l'article de Ninacs (2023), *Faith Actions, Frustrated Reason and Fruitful Art: the challenges and benefits of integrating the Buddhist pragmatic to a creative arts curriculum* (Brill Magazine, Florida State University), car celui-là a été publié en anglais aux États-Unis.

² Cet article mettra en relief ce qui a nourri et informé de façon non explicite mon essai portant sur les liens entre l'expérience intime du vivant et l'expérience artistique, nommé « L'état nomade » (2019), soit la méditation bouddhiste theravada.

émerge de notre relation à elle (Maturana et Varela, 1994), ce qui met en évidence la portée créatrice inhérente au fait d'être vivant – d'où le pluriel du terme *mondes*. Cette compréhension scientifique de l'organisme vivant peut être mise en lien direct avec la pratique contemplative bouddhiste theravada, qui constitue un outil privilégié pour expérimenter et comprendre, par l'expérience sensible, les savoirs des sciences cognitives, ainsi que pour accroître l'empan conscient de notre relation intime et créative avec le vivant. Conséquemment, si je propose dans cet article de joindre cette expérience de la méditation à celle de la création artistique, c'est parce que j'ai la conviction que de coupler volontairement ces deux types de pratiques et de savoirs a le potentiel – puisque le tout est plus important que la somme de ses parties – de faire émerger une expression artistique qui, en infiltrant notre culture et donc nos façons de ressentir, de penser et d'agir, apportera une contribution à la restauration de nos relations éthiques avec le vivant.

L'une des premières contributions à la pensée sur le vivant, courant majeur actuel croisant philosophie, écologie et anthropologie, provient de l'anthropologue Philippe Descola, qui a su montrer que l'opposition de la nature et de la culture, caractéristique de la vision occidentale, est une matrice culturellement construite, et non pas une vérité constitutive mise à jour par la modernité (Descola, 2005). Au regard de cette matrice séparatrice maintenant mondialement dominante, qui explique notre difficulté à nous penser à l'intérieur du problème écologique actuel, ce « tournant écopolitique de la pensée³ » propose une « écologie de l'attention⁴ » générant des pratiques régénératives ancrées dans le territoire, afin d'établir des relations à « égards ajustés » (Morizot, 2020 : 198) avec le monde naturel duquel nous sommes parties constituantes.

La pratique artistique couplée à la pratique de la méditation pourrait assurément s'inscrire dans le courant artistique des humanités environnementales, qui constituent une importante part de ces pratiques régénératives et expérientielles. L'exemple que je propose, couplant ma propre pratique de la méditation bouddhiste theravada à la création littéraire, se veut une réponse au constat de la « crise de la sensibilité à l'égard du monde vivant » formulé par le philosophe du vivant Baptiste Morizot et l'historienne de l'art Estelle Zhong Mengual (Morizot et Zhong Mengual, 2018). Cette crise, je postule qu'elle découle du point de vue de l'expérience individuelle, d'une crise du *sensible*. En effet, nous ne vivons guère dans l'attention à notre expérience somatique et proprioceptive, qui est la source même de nos relations avec le monde (Varela *et al.*, 1993). Et ce peu d'attention a comme conséquence qu'elle module, le plus souvent à notre insu, notre capacité d'entrer en relation avec le monde et la qualité même de cette relation⁵.

³ Truong, N. (2023). *Les penseurs du vivant*. Actes sud, p. 5.

⁴ Citton, Y. (2014). *Pour une écologie de l'attention*. Seuil.

⁵ J'aborde cet aspect spécifique également dans mon article « La force agissante de la poésie », publié en 2023 dans le numéro 821 de *Relations*.

C'est justement ici qu'entre en jeu, pour l'artiste, la richesse des pratiques bouddhistes. Plus précisément, en ce qui me concerne, les trois pratiques principales du bouddhisme theravada, soit celle de calme (*samatha*, visant l'unification de l'esprit et donc l'accroissement de la concentration), celle de vision pénétrante (*vipassanā*, soit l'observation investigatrice et non jugeante des phénomènes mentaux et physiques) et celle d'amour bienveillant (*mettā*, cultivant une attitude altruiste et amicale envers soi-même ainsi que tous les êtres vivants), me donnent la possibilité de développer, grâce à l'étude empirique et attentive de mon esprit-corps, une perception non conceptuelle de mon expérience somatique, me procurant une compréhension inégalée de mon fonctionnement relationnel constitutif, un engagement de tous mes sens culminant dans l'agrandissement et l'assainissement de mon rapport au vivant (Macy, 1990), expérience à la fois existentielle et créative de la *reliance* (Miron, 2019 : 22).

Cette expérience intime et relationnelle du vivant recèle une éthique fondamentale qui permet d'ébranler le dualisme propre à l'ontologie naturaliste (Descola, 2005) sous-tendant nos habituels rapports utilitaristes et mortifères avec le monde vivant. De fait, la pratique de méditation bouddhiste *vipassanā*, qui offre cette potentialité de dissiper l'illusion d'un soi créateur séparé du reste du monde vivant – illusion issue d'un conditionnement à la fois culturel, social et individuel –, m'offre la possibilité d'expérimenter ce soi créateur en tant que nexus ou nœud dans un enchevêtrement de relations sociales et environnementales (Callicott, 2017). Cette expérience générant dans ma vie quotidienne un surcroît de compassion, d'équanimité et de bienveillance m'amène à redéfinir et à clarifier ma pratique de *mettā*, qui peut inclure dorénavant l'éthique de mes relations au vivant. Et cette éthique a ceci de riche pour l'expérience de création en ce qu'elle naît d'une compréhension préréflexive plus fine de mon être qui, *de facto*, agrandit, enrichit et assainit l'expérience du soi créateur à sa filiation constitutive avec le reste du vivant.

Suivant cet exemple, tandis que l'ontologie naturaliste nous amène à voir les dérèglements écologiques comme des phénomènes extérieurs subis, l'expérience de la méditation bouddhiste au sein même du processus de création pourrait amener l'artiste à saisir le lien direct entre ses schémas mentaux – induisant ses façons d'être dans le monde (Depraz *et al.*, 2011) – et ces dérèglements, jusqu'à saisir la relation constitutive entre les deux et, ainsi, sa responsabilité individuelle à l'égard de ses réactions et agissements, de ses conditionnements et préjugés inconscients dans tout ce qui concerne son rapport au vivant. La méditation theravada couplée au processus de création pourrait permettre à l'artiste de sonder ses motivations profondes et ses propres contingences, dans le prolongement des réflexions postmodernistes et poststructuralistes qui, dans notre tradition artistique occidentale, ont mis en question l'autosuffisance des formes et des structures artistiques, et les ont réinscrites dans la complexité des conditionnements sociopolitiques, culturels, sexuels et autres, ainsi que de la pensée et de l'identité comme constructions. Je propose ici d'ouvrir la réflexion à

ce qui agit l'artiste et à ce qu'il ou elle peut faire pour regagner des degrés de son libre arbitre s'exprimant à travers son processus de création et son œuvre⁶.

En ce sens, ma réflexion veut éclairer les possibilités que peuvent apporter les trois pratiques principales de la méditation bouddhiste theravada sur le processus artistique et, par ce fait, attester de la pertinence d'une étude académique de cette approche encore exclue dans les arts et les humanités environnementales⁷. Grâce à ce type de méditation, l'artiste aurait la possibilité de s'ouvrir expérimentalement et intellectuellement aux causes profondes de cette construction du soi séparé et de la crise écologique actuelle, et également d'entrevoir les réponses éthico-esthétiques pouvant émerger de son processus de création, réponses qui puiseraient dans l'équanimité, la compassion et le discernement qui surgiront naturellement de l'approfondissement de la pratique contemplative. Conséquemment, c'est sur le versant de la responsabilité artistique individuelle, en phase avec ce que Félix Guattari nomme « l'écosophie mentale » (Guattari, 1989 : 22), que s'inscrit cette réflexion sur la démarche artistico-contemplative, en cela que cette dernière peut mener à une compréhension expérimentelle affinée ouvrant à la restauration de nos relations éthiques avec le vivant. De fait, l'artiste méditant·e qui s'ouvre à sa filiation constitutive affine sa cohérence éthique à l'égard de soi-même comme de son environnement, lui permettant ainsi d'engager son art dans une expression singulière de la *reliance* (Miron, 2019 : 22), contribuant à instaurer la culture du vivant (Morizot, 2020) nécessaire à la revitalisation de nos relations éthiques avec le vivant.

⁶ Je reformule ici cette idée énoncée dans « L'état nomade » : « Pour le dire autrement, je dirais donc que le risque est un autre mot pour le libre arbitre qu'implique ma posture nomade : c'est ce moment exact où je mets en jeu ma conscience et plus globalement mon système de valeurs, afin de choisir une direction autre que celle où me mènent mes conditionnements (culturels, familiaux, sexuels, artistiques, linguistiques, etc.). Je me libère alors du connu, de toutes ces sécurités que j'ai si habilement construites. C'est en d'autres mots ce moment à valeur existentielle et heuristique où j'agis plutôt que d'*être agie*, et qui ne peut être autre que risqué, car sans repères, et sans filet » (*ibid.*, p. 60).

⁷ J'ai cofondé, à l'UQAM, le programme court « Méditation theravada et processus de création » et j'y ai enseigné à deux reprises (2021-2022 et 2023-2024). Ce défunt programme, qui a réuni près d'une soixantaine d'étudiant·e·s, a été offert au Département des sciences des religions.

Bibliographie :

- Analayo, B. (2019). *Mindfully Facing Climate Change*. Barre Centre for Buddhist Studies.
- Baas, J. (2005). *Smile of the Buddha: Eastern Philosophy and Western Art from Monet to Today*. University of California Press.
- Baas, J. et Jacob, M. J. (2009). *Learning Mind. Experience into art*. University of California Press.
- Baas, J. et Jacob, M. J. (2004). *Buddha mind in contemporary art*. University of California Press.
- Boutet, D. (2016). L'art et la surexistence : Pourquoi l'art interpelle-t-il sans cesse le spirituel ? *Cosmopolis : A Review of Cosmopolitics / Revue de cosmopolitique*, 3-4, 4-20.
- Boutet, D. (2015). La pratique créatrice comme voie de connaissance. Art et recherche spirituelle. In Le Fustec, C. et F. et J. Storey, *Théoriser le spirituel, approches transdisciplinaires de la spiritualité dans les arts et les sciences*. L'Harmattan, coll. Esthétique et spiritualité, p. 177-196.
- Boutet, D. (2007) L'art et le sacré : une solidarité épistémique. Dans *Transdisciplinarity in Science and Religion*, n° 2, ADSTR (The Association for the Dialogue Between Science and Theology in Romania), Curtea Veche Publishing, 229-265.
- Brohon, D. (2022). *Au travers du visible. Un parcours du regard*. Vues de l'esprit.
- Callicott, J. B. (2017). Notes on 'Self-Realization': An Ecological Approach to Being in the World. *Worldviews*, 21, 235-250.
- Capurso, V., Fabbro, F. et Crescentini, C. (2014). Mindful creativity: The influence of mindfulness meditation on creative thinking. *Frontiers in Psychology*, 4.
- Citton, Y. (2014). *Pour une écologie de l'attention*. Seuil.
- Colzato, L. S., Ozturk, A. et Hommel, B. (2012). Meditate to create: the impact of focused-attention and open-monitoring training on convergent and divergent thinking. *Frontiers in Psychology*, 3.
- Cotton, S. (2011). *Désirer/Résider*. Sagamie.
- Depraz, N., Varela, F. et Vermersch, P. (2011). *À l'épreuve de l'expérience. Pour une pratique phénoménologique*. Zeta Books.
- Descola, P. (2005). *Par-delà nature et culture*. Gallimard.
- Filliot, P. (2016). *Être vivant, méditer, créer*. Actes sud.
- Filliot, P. (2016). [L'expérience de la méditation dans l'art contemporain](#). *Cosmopolis: A Review of Cosmopolitics / Revue de cosmopolitique*, 3-4, 21-31.
- Guattari, F. (1989). *Les trois écologies*. Galilée.
- Guerrera, M. (2020) *Domus. Les résonances des plateformes. Tome no 1*. Centre Sagamie.
- Hunt-Badiner, A. (1990). *Dharma Gaia: A Harvest of Essays in Buddhism and Ecology*. Parallax Press Berkeley.
- Kaza, S. et Kaft, K. (2000). *Dharma Rain: Sources of Buddhist Environmentalism*. Shambala.

- Loy, D. R. (2019). *Ecodharma: Buddhist Teachings for the Ecological Crisis*. Wisdom Publications.
- Macy, J. (1990). « The Greening of the Self ». Dans A. Hunt-Badiner (dir.), *Dharma Gaia: A Harvest of Essays in Buddhism and Ecology*. Parallax Press Berkeley.
- Maturana, H. et Varela, F. (1994). *L'arbre de la connaissance*. Addison-Wesley.
- Mengual, E. et Morizot, B. et Zhong (2018). L'illisibilité du paysage. Enquête sur la crise écologique comme crise de la sensibilité. *Nouvelle revue d'esthétique*, 22(2), 87-96. <https://doi.org/10.3917/nre.022.0087>
- Miron, I. (2023). La force agissante de la poésie. *Relations*, 821, 26-29.
- Miron, I., Sauvageau, S. et La Salle, G. (2022). *L'estran*. Possibles Éditions/Corne de brume.
- Miron, I. (2019). *L'état nomade*. L'Instant même.
- Morizot, B. (2020). *Raviver les braises du vivant*. Actes Sud/Wildproject.
- Ninacs, A.-M. (2011). *Lucidité. Vues de l'intérieur*. Le Mois de la photo à Montréal.
- Ninacs, A.-M. (2023). *Faith Actions, Frustrated Reason and Fruitful Art: the challenges and benefits of integrating the Buddhist pragmatic to a creative arts curriculum*. Brill Magazine, Florida State University.
- Sivanesan, H. (2022). *In the present moment. Buddhism, contemporary art, and social practice*. Figure 1 Publishing.
- Truong, N. (2023). *Les penseurs du vivant*. Actes sud.
- Varela, F., Thompson, E. et Rosch, E. (1993). *L'Inscription corporelle de l'esprit*, Seuil.