

La nature a horreur du vide

Géraldine Michel et Isabelle Collin-Lachaud

Co-rédactrices en chef de *Décisions Marketing*

La crise sanitaire bouleverse le monde entier : arrêt d'activité, confinement, les jours se suivent et se ressemblent, de nouveaux comportements s'installent et nos habitudes sont bousculées. Face à ce vide extérieur, les Français ont fait preuve de beaucoup d'imagination et de créativité pour développer des activités à l'intérieur, chez soi. En effet, pendant le confinement, la télévision, les films et les séries sur Netflix ont pris une grande part des activités de loisir¹ des Français (57 %), surfer sur internet aussi (44 %), d'autres en ont profité pour dévorer des livres, des magazines (19 %) alors que certains se sont adonnés à des activités sportives (14 %) ou manuelles comme la cuisine (29 %), le bricolage (28 %) ou le jardinage. Le besoin de garder du lien avec ses proches par téléphone ou *via* les réseaux sociaux a occupé également les journées et les soirées (38 %). Les apéros et dîners *via* Zoom ou Skype ont été une nouveauté de ce confinement (3 %). Toutes ces activités ont été un moyen, pour beaucoup, de combler un vide imposé et illustrent l'idée que « *la nature a horreur du vide* » (Aristote) ou plus précisément que l'être humain a horreur du vide. Selon les cultures, le sentiment ou la sensation de vide est souvent perçu comme une condition négative voire un état psychologique dépressif. Le vide peut également être conçu comme un potentiel. Selon le taoïsme, le vide est quelque chose qui attend d'être rempli, et par extension d'être réalisé. C'est l'esprit vide de pensée dans lequel peuvent naître les idées, c'est le blanc de la feuille qui attend d'être dessiné.

Face à cette période inédite qui a forcé l'arrêt de l'activité économique et plongé la société dans un certain vide, une sorte de silence, nous avons décidé pour cet édito de nous pencher sur cette quête d'équilibre entre le vide et le plein. Pour cela, dans un premier temps nous mettrons en lumière le texte de Pascal sur *le divertissement* et dans un second temps sur la base d'entretiens menés auprès de 12 personnes (Encadré 1) nous analyserons les ressentis et comportements des confinés sous l'angle de ce paradoxe entre l'envie de vide et de plein.

1/ <https://fr.statista.com/statistiques/1110392/loisirs-les-plus-pratiques-pendant-le-confinement-covid-19/>

<https://www.sortiraparis.com/actualites/coronavirus/articles/214418-sondage-comment-les-francais-vivent-le-confinement>

Le confinement face au divertissement pascalien

Depuis la fameuse formule : « *La nature a horreur du vide* » (Aristote), le vide n'a eu de cesse d'occuper les esprits avisés. De là, se sont entretenus de riches débats à propos de l'existence du vide et suivant les préceptes d'Aristote, de la nécessité de le remplir. Pourtant, en 1669, Pascal dans les *Pensées* soulève alors un point essentiel de la nature humaine « *j'ai découvert que tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne savoir pas demeurer en repos dans une chambre* ». Il nous semble important de présenter ici un extrait pour contextualiser sa pensée.

Quand je m'y suis mis quelquefois, à considérer les diverses agitations des hommes et les périls et les peines où ils s'exposent, dans la cour, dans la guerre, d'où naissent tant de querelles, de passions, d'entreprises hardies et souvent mauvaises, etc., j'ai découvert que tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne savoir pas demeurer en repos dans une chambre. Un homme qui a assez de bien pour vivre, s'il savait demeurer chez soi avec plaisir, n'en sortirait pas pour aller sur la mer ou au siège d'une place. On n'achètera une charge à l'armée si cher, que parce qu'on trouverait insupportable de ne bouger de la ville ; et on ne recherche les conversations et les divertissements des jeux que parce qu'on ne peut demeurer chez soi avec plaisir.

Mais quand j'ai pensé de plus près, et qu'après avoir trouvé la cause de tous nos malheurs, j'ai voulu en découvrir la raison, j'ai trouvé qu'il y en a une bien effective, qui consiste dans le malheur naturel de notre condition faible et mortelle, et si misérable, que rien ne peut nous consoler, lorsque nous y pensons de près.

S'il est sans divertissement, et qu'on le laisse considérer et faire réflexion sur ce qu'il est, cette félicité languissante ne le soutiendra point, il tombera par nécessité dans les vues qui le menacent, des révoltes qui peuvent arriver, et enfin de la mort et des maladies qui sont inévitables ; de sorte que, s'il est sans ce qu'on appelle divertissement, le voilà malheureux et plus malheureux que le moindre de ses sujets, qui joue et se divertit.

Blaise Pascal, *Pensées*, (éd. Brunschvicg n°139)

Le *divertissement* au sens pascalien, tel que les loisirs ou les activités sérieuses, détourne l'individu de lui-même, brouille le sens du réel et restreint ou interdit l'introspection. En effet, dans l'expérience du vide, l'homme face à lui-même, rencontre l'ennui, prend conscience de sa nature périssable, et plonge dans un certain désespoir. Pour échapper à cela, l'homme se jette dans l'agitation qui le détourne de ses préoccupations existentielles et de sa condition de mortel. Le *divertissement* serait donc le mouvement qui entraîne l'individu hors de lui-même, préférant les tourments d'un emploi ou d'une charge qui l'empêcherait de penser à ce qu'il est et d'où il vient. L'homme s'agite parce que le repos lui est insupportable mais paradoxalement il a une aspiration profonde au repos et au bonheur. Cette apparente contradiction révèle, que l'objet du désir, n'est point le repos mais bien la quête du repos. Croyant sincèrement chercher le repos, il ne cherche en fait que l'agitation. En effet, s'il atteint l'objet convoité l'ennui suivra toujours et il tentera de réaliser d'autres désirs. Tout cela met en évidence la dualité de l'homme qui aspire au repos, mais qui ne parvient pas à s'en satisfaire. Le divertissement procure de la joie mais celle-ci est fragile. Ainsi, aujourd'hui, alors que l'on vit plus longtemps, en meilleure santé, que les loisirs sont nombreux, qu'aucune menace pressante ne vient obscurcir les perspectives, le niveau de bien-être subjectif stagne depuis cinquante ans (Heilbrunn, 2019, p. 142).

Cette période de confinement propice au vide, au calme et au silence a été pour certains remplie d'activités, par obligation ou pour faire passer le temps, voire pour tuer le temps. Pour d'autres, il a peut-être été possible de transformer ce confinement en parenthèse enchantée en prenant le temps de se poser, de réfléchir, toutefois les réseaux sociaux et les médias en général ont plutôt laissé voir et entendre toutes sortes de recommandations d'activités pour remplir sa vie. Quel enseignement peut-on tirer de ce regard philosophique² sur la période de confinement dû à la crise sanitaire ? Durant cette période inédite qui a touché le monde entier, l'être humain a oscillé entre ce besoin de remplir le vide par de multiples activités et le plaisir de laisser une place au vide. Cette dichotomie ressentie à la fois lors du confinement mais aussi du déconfinement interroge sur le rapport au monde que nous étudierons ici sur la base d'entretiens menés auprès de 12 personnes.

Confinement, faire le vide et faire le plein

Depuis le début du confinement imposé pour lutter contre l'épidémie du coronavirus, comme le montre les témoignages de nos répondants (Encadré 1), le vide extérieur interroge : remplir l'espace ou au contraire laisser le vide envahir le quotidien ? Le vide extérieur imposé par l'arrêt d'une partie de l'économie conduit à questionner (1) les relations sociales, (2) la relation au soi : au corps et (3) au psychisme et enfin (4) la relation au temps.

Créer un espace vide rempli de relations sociales

En cette période de pandémie, chacun est tenu de maintenir une distance de sécurité d'au moins un mètre avec autrui pour freiner la propagation du virus. C'est ce qu'on appelle la « distanciation sociale ». Mais nous préférerons plutôt utiliser ici l'expression « distanciation physique » dans la mesure où cette prérogative suggère l'éloignement « physique » entre les individus, mais ne vise pas à défaire le lien « social ». La distanciation physique impose donc une idée de vide entre les individus. Malgré cette distanciation physique, et cette notion de vide distanciel, depuis le début du confinement les individus cherchent à entretenir leurs liens sociaux voire à créer de nouveaux liens.

« J'ai 3 groupes WhatsApp : groupe de collègues, groupes famille, groupe d'amis et pour les amis très proches finalement on s'appelle par téléphone, on se raconte nos vies. Ça rythme les journées, les semaines. Ça m'a permis de renforcer des liens avec des collègues et j'en suis sûre je n'aurai pas eu le temps de me rapprocher d'eux s'il n'y avait pas eu le confinement. Finalement ça m'a permis de créer du lien. Même aussi avec mon boucher, on se met à parler de choses plus intimes que d'habitude. » (Elise)

Ce témoignage montre que les relations humaines structurent, nourrissent et remplissent nos vies. Une vie relationnelle vide est perçue de façon négative. Le besoin d'appartenance au groupe, à la structure sociale s'est ainsi manifesté. Face à l'isolement, de nombreuses personnes ont ressenti le besoin de créer ou recréer des communautés en créant des groupes WhatsApp ou en organisant des apéros *via* Zoom ou autre plateforme comme le précise ici Bettina.

« J'ai 3 groupes avec qui je fais des apéros toutes les semaines et les autres personnes c'est plus épisodique, l'apéro avec les collègues c'est sympa on reste en contact on ne parle pas trop du boulot pour continuer à discuter de tout et de rien, avec la famille c'est sympa on prend des nouvelles je voyais beaucoup moins ma sœur qui habite Bordeaux avant que maintenant, et

2/ <https://www.franceculture.fr/philosophie/penser-lenfermement-avec-5-grands-philosophes>

un groupe d'amis avec qui on part en vacances ensemble, là c'est la rigolade, on se défoule. »
(Bettina)

Certes les échanges dont fait ici référence Bettina sont importants pour supporter le confinement, mais le fait de poursuivre, voire de renforcer, ses relations sociales pendant le confinement est aussi un moyen de se rassurer d'avoir une vie sociale bien remplie et de combler un vide. D'autres personnes, comme Tom, expliquent également que le confinement leur a permis de renouer des liens avec des relations lointaines.

« J'ai repris contact avec un ancien ami anglais que j'avais perdu de vue. C'était plus facile de prendre des nouvelles dans cette période car on vit la même chose et on continue maintenant à se parler car je suis au même niveau que ses autres amis qui sont plus proches géographiquement mais qu'il ne peut pas voir. » (Tom)

Ce témoignage rejoint l'idée qu'un évènement mondial (même négatif) rapproche les gens car ils ont le sentiment de partager un moment inédit ensemble et de faire partie d'un seul et même tout (Morin, 2020³). Face à l'adversité, le besoin de rassemblement et de cohésion est plus pressant. Par ailleurs, le fait de ne plus pouvoir se déplacer et rencontrer autrui lisse les relations sur un même niveau d'accessibilité. L'ami à 1 000 km de chez soi devient aussi accessible que l'ami qui vit à quelques kilomètres. La socialisation est originellement, un de nos meilleurs « outils » de survie, elle redevient centrale dans les cas d'événements majeurs mettant en danger la survie collective. Ici encore le vide distanciel a été rempli par une multiplication des contacts relationnels.

Habiter son corps et vider son esprit

Pennac (2012) disait « Mon corps réagit à tout mais je ne sais pas toujours comment il va réagir ». Depuis le confinement l'individu est contraint de penser son corps différemment, et de l'habiter différemment, coincé entre 4 murs, le corps semble moins utile, on se déplace moins, on bouge moins. Le confinement induit une expérience corporelle plus restreinte. Comme le souligne le sociologue Le Breton (2018), le corps c'est la permanence de notre rapport au monde, notre corps n'est pas une possession, nous sommes notre corps. Le confinement met en lumière ce que le sociologue a appelé l'Humanité assise⁴ qui réduit la mobilité du corps. Face à cette contrainte, certains cherchent une échappatoire en s'adonnant à de multiples exercices physiques qui « vident la tête ». Le corps au repos est une contrainte qui remplit la tête, épuise l'esprit. Comme l'explique Alain, se reconnecter à son corps, relancer le physique permet d'apaiser le psychique.

« J'ai commencé le yoga, le renforcement musculaire, le gainage, j'ai l'impression de reprendre le contrôle de mon corps, ça marche je me sens mieux, et ça fait du bien ça vide la tête. J'ai oublié mon corps depuis de nombreuses années, je suis content de l'écouter, ça fait du bien, je revis. » (Alain)

Malgré ce sentiment de liberté et cette prise de contrôle qui apporte une certaine harmonie entre le corps et l'esprit, les injonctions sociales sont fortes : garder un corps mince et beau. Que deviennent ces injonctions quand on reste chez soi et qu'il n'y a plus le regard des autres ? Pour certains, cela a été l'occasion d'une remise à zéro, une forme de nettoyage du corps par la maîtrise de ce corps et d'une reprise en main. Laurence témoigne de ses nouvelles activités

3/ https://www.francetvinfo.fr/replay-radio/le-monde-d-elodie/le-monde-d-elodie-edgar-morin-tout-ce-qui-semblait-separe-est-lie-et-nous-avons-une-communauté-de-destin_3924461.html

4/ On se lève pour aller dans sa voiture, puis arrivé au bureau on s'assoie face à son ordinateur, et le soir on se met sur le canapé en regardant la télévision.

« cuisine », pendant le confinement, qui favorisent une alimentation plus qualitative, avec moins d'excès allié à une activité physique qui l'aide à habiter son corps.

« J'ai toujours eu des problèmes de poids, le confinement me permet d'éviter les excès habituels à la boulangerie ou au restaurant, le fait de faire la cuisine et d'avoir plus de temps pour faire du sport me permet de rééquilibrer mon rythme, d'avoir une stabilité alimentaire que je ne pouvais pas avoir en temps normal. J'ai l'impression de mieux maîtriser mon corps, d'être plus en harmonie. » (Laurence)

Pour d'autres, ce fut le moment de tenter de nouvelles expériences comme le challenge de « la boule à zéro », lancé au début du confinement par de nombreux Français. La boule à zéro introduit le rien, le vide qui laisse découvrir le crâne des personnes qui ont osé passer à l'acte. Mais le confinement c'est aussi l'occasion d'essayer tous les possibles quand le regard des autres est moins oppressant. Le vide, aucun regard extérieur pour venir atténuer l'envie de Sabrina de changer de couleur de cheveux :

« J'ai tenté une nouvelle couleur de cheveux le blond, je suis brune à l'origine et là je me suis dit, c'est le moment où jamais car quand tu es brune et que tu passes au blond il faut attendre quelques semaines pour que la couleur soit moins jaune et pour avoir un beau blond, là c'était l'occasion rêver je ne vois personnes pendant des semaines. » (Sabrina)

Mais le confinement c'est aussi l'occasion de s'occuper de soi, de maintenir des routines quotidiennes telles que masques capillaires, yoga, c'est remplir ces journées de petits plaisirs. Allégés des sommations extérieures, nos corps pourraient pour un temps nous appartenir⁵. Pendant le confinement des millions de personnes se sont installées devant leur écran pour suivre des vidéos de cours de yoga, de danse, de gymnastique, etc. à faire à la maison tandis que d'autres se sont trouvés une passion pour la course à pied.

« Je n'ai jamais fait autant de sport de ma vie. J'en ai besoin c'est un défouloir car je me sens contrainte toute la journée devant mon ordinateur à bosser... alors que moi j'aime le contact voir les gens discuter. J'aime être entourée de vie, d'énergie et là c'est le vide partout dans la rue, partout. » (Juliette)

Juliette semble vouloir habiter son corps pour contrebalancer ce vide de mouvements d'actions qui normalement animent les rues. Le corps devient le signe de vie, elle active son corps comme pour activer la vie. Certes continuer une activité physique a toujours été recommandé mais en cette période de confinement l'activité physique est devenue pour certains une nécessité vitale. Besoin de se défouler ? Prendre soin de son corps ? Comme le dirait Alexis « *je ne veux pas avoir l'impression de m'encrouter* ». Face au vide extérieur le corps est mis sur le-devant de la scène.

Ces témoignages suggèrent que l'exercice physique est comme l'élément d'un tout : le corps vivant (Andrieu, 2010). Les individus aspirent à une sensation de bien-être qui les pousse à cultiver une dimension plus fondamentale et écologique du corps. Comme s'ils construisaient la beauté extérieure à partir du bien-être intérieur (Andrieu)⁶. On voit ici le lien entre le corps et le psychisme. En ce sens, pendant le confinement, l'humour aussi a permis une certaine libération du corps à travers « *des fous rires, des éclats de rire, jusqu'à en pleurer* » (Tom).

5/ <https://www.letemps.ch/societe/racines-epilation-maquillage-confinement-redefinit-rapport-miroir>

6/ <https://www.letemps.ch/lifestyle/bernard-andrieu-corps-nouvelle-religion-xxie-siecle>

S'évader symboliquement, la place de l'humour dans un contexte anxigène

L'humour associé au rire est souvent considéré comme un moment ludique, de plaisir. On pense donc souvent à l'humour épicurien qui favorise la convivialité, mais l'humour est aussi un réservoir d'énergie pour se protéger et affronter au mieux la difficulté. En cette période de confinement l'humour peut être considéré comme un moyen de protection permettant de prendre de la distance par rapport à un sujet anxigène.

« Un ami en Belgique qui a créé un groupe WhatsApp spécialement pour s'envoyer des vidéos ou messages humoristiques. Des vidéos et messages que je partage par la suite avec d'autres amis. En général, ça me fait rire et ça fait donc plutôt du bien. Dans une certaine mesure, je pense aussi que ça aide à prendre de la distance par rapport aux événements que nous vivons actuellement. » (Jean)

Jean montre qu'au-delà de l'humour plaisir, l'humour devient une soupape qui permet de créer un vide entre soi et un monde anxigène. La dérision permet d'accepter la réalité tout en dénonçant quelquefois l'absurdité de ce qu'il va falloir, bon gré, mal gré, appliquer, par discipline et principe d'obéissance (Besson, 2010). L'humour protection peut ainsi mettre à distance d'un sujet grave qui pourrait émotionnellement trop submerger. Le rieur fait donc *comme s'il* était insensible, indifférent. Comme si... parce qu'en vérité bien sûr, il ne l'est pas. Son affectivité est donc mise à distance, momentanément et volontairement. Mais l'humour n'a pas qu'une finalité individuelle, il a aussi une finalité collective.

« Souvent cela procure du plaisir, de plaisanter un peu sur la situation et ça dédramatise un peu. Je pense que depuis le début du confinement je suis davantage réceptif aux blagues que je vois, surtout sur Instagram, et j'ai davantage l'habitude de les partager maintenant en les envoyant à mes amis. C'est un réflexe que j'avais moins avant ; peut-être que l'idée au fond est de partager avec d'autres personnes confinées quelque chose qui m'a égayé un peu moi-même. Dans le feu de l'action de la vie quotidienne pré-confinement, j'avais une consommation plus égoïste de ce type d'humour. » (Alexis)

Le plaisir est d'autant plus accru que l'humour peut être partagé. Alexis a un malin plaisir à partager ses meilleures trouvailles humoristiques pour les envoyer à ses amis. L'humour permet de rentrer en connivence avec ses proches en transgressant, parfois, un certain nombre de tabous mais se pose toujours la question, peut-on vraiment rire de tout ? Que l'humour soit une échappatoire ou au contraire une capacité à regarder la réalité en face, il se fonde sur une forme de distanciation par rapport au sujet traité. Si l'on peut rire de tout cela signifie que l'on peut également se détacher de tout. Rire c'est se distancier du monde qui nous entoure, de nous-mêmes et du sérieux de la réalité. La circulation des blagues et vidéos humoristiques pendant le confinement a touché une multitude de sujets, de la politique aux blagues tournant en dérision notre quotidien de confinés. L'humour a tenu une place importante mais au fil du temps cela s'est essoufflé :

« Les vidéos largement partagées ont fait rire... une semaine ou deux et puis ça lasse ! Depuis j'en reçois de moins en moins et de toute façon je ne les visionne plus avec le même intérêt. On a peut-être besoin de plus de face à face pour avoir de l'humour !

De la même manière, les apéros WhatsApp, si prisés les deux premières semaines, se sont espacés. Je ne sais pas si on a moins à raconter ou si on a moins envie de rigoler ! » (Lydie)

« Au début, j'ai trouvé ça marrant, surtout les défis quotidiens. Mais au fur et à mesure que cela s'est répandu, j'ai trouvé que ça devenait trop et presque je ne voyais plus que ça au point de les ignorer tout simplement. » (Fabien)

L'humour n'a pas résisté au temps. Cette parade à l'angoisse s'est très vite essoufflée. Pour répondre au vide, il faut se donner l'impression de construire, de développer et la distraction seule est une fuite qui ne suffit pas à répondre au vide.

Découvrir un espace temporel vide de sens

Distinguez-vous encore un mardi d'un vendredi ? Une soirée d'une autre ? Les journées s'enchaînent, se ressemblent, et les confinés expérimentent un emploi du temps inédit. Le confinement nous aurait-il fait perdre la notion du temps ? Depuis les mesures de quarantaine, les journées s'enchaînent avec une perte de repère et de marqueurs temporels. Sans repère, l'espace temporel semble perdre de son sens. Serions-nous en train d'expérimenter un nouveau rapport au temps ?⁷ Paradoxalement, le fait d'avoir du temps nous fait perdre la notion même de temps (Klein, 2020). D'ordinaire, nous sommes confinés dans le temps puisque ce dernier est une authentique prison sans barreaux au moins pour notre corps, nous habitons physiquement l'instant présent et ne pouvons pas en sortir, sauf peut-être par l'imagination. Mais pendant le confinement, nous sommes en plus confinés dans l'espace, notre logement s'est transformé en cage, en petit vase beaucoup trop clos (Klein, 2020). Dans ce contexte, le temps ralenti ou dilaté pour beaucoup, semble aussi s'accélérer pour d'autres.

« De manière générale, le confinement se passe bien. Si les premières annonces de prolongation ont été un peu difficiles, je trouve que finalement ça passe relativement vite. Certainement aussi parce que je travaille, mon conjoint aussi et donc les journées sont bien cadencées. La distinction travail / repos permet de garder un rythme à peu près normal en semaine. Les week-ends en revanche n'ont plus vraiment de saveur et je travaille même un peu parfois. Il m'arrive de me perdre dans les jours mais au global, le temps passe assez vite. » (Tiphaine)

« J'ai beaucoup de travail depuis le début donc je ne vois pas le temps passer, les journées passent même très vite. » (Alain)

Bien que l'épidémie actuelle et la peur qu'elle engendre ne puissent se faire oublier, tout d'un coup, la course folle s'est arrêtée, le temps à la fois ralentit et s'accélère. Un temps qui réclame d'être structuré et organisé, pour recréer des intervalles de vides. En s'imposant une structure temporelle, de nouvelles routines (ex. : les applaudissements de 20h), nous pouvons de nouveau « voler du temps, prendre du temps » car le temps donné est vécu comme subi, nous replongeant dans cette enfance où désœuvrés, nous tournions en rond. Le temps donné n'a donc pas la même valeur que celui que l'on s'octroie dans un rythme effréné. Ces intervalles sont vitaux, ce sont de vraies respirations temporelles, de potentielles sources de créativité, on peut passer une demi-heure à boire son café, et simplement jouir du temps qui passe.

Conclusion

Le confinement aura mis en exergue le fait que cet emprisonnement temporaire, la restriction de nos libertés nous demande d'équilibrer entre le plein et le vide. Un vide extérieur imposé que certains cherchent à remplir par de multiples activités ou à l'inverse un vide que d'autres accueillent pour enrichir leur être intérieur selon l'éloge de la solitude de Schopenhauer (1880) qui invite à une vie autonome : « *Se suffire à soi-même, être tout en tout pour soi, (...) voilà certainement pour notre bonheur la condition la plus favorable* ». Nous nous remettons à penser le monde

⁷ <https://www.franceculture.fr/emissions/radiographies-du-coronavirus/sommes-nous-encore-les-maitres-du-temps>

d'après, en tenant compte d'une part de ce que nous voulons, d'autre part de ce que nous savons déjà, mais aussi de ce que nous sommes en train d'apprendre et de comprendre dans l'étrange situation que nous vivons.

Cette période inédite aura laissé voir comment les gens appréhendent ce vide d'activités et ce plein de possibilités. Il y aura sûrement un avant et un après dans la (re)découverte des petits bonheurs du quotidien. Tous ces gestes anodins tels que prendre un café à une terrasse, aller se promener ou encore aller voir un ami prennent aujourd'hui une valeur inestimable. Notre imagination nous projette à la campagne, vers d'autres horizons en dehors de ce dedans imposé et beaucoup de choses jusque-là insignifiantes vont nous paraître miraculeuses. Il semblerait maintenant qu'un petit rien pourrait remplir nos vies.

Références

- Alain (1978), *Système des beaux-arts (1926)*, chap IV, Paris, Gallimard, coll. « Idées ».
- Andrieu B. (2010), *Philosophie du corps : expériences, interactions et écologie corporelle*, ed. Vrin.
- Besson G. (2010), L'humour, ressource personnelle et collective dans l'action sociale, *Vie sociale*, 2(2): 49-58.
- Heilbrunn B. (2019), *L'obsession du bien-être*, Robert Laffont.
- Klein E. (2020), Avec le confinement, notre espace-temps est chamboulé, *The conversation*. https://theconversation.com/avec-le-confinement-notre-espace-temps-est-chamboule-137509?utm_source=twitter&utm_medium=bylinetwitterbutton
- Le Breton D. (2018), *La sociologie du corps*, Puf.
- Morin E. (2020), *Le monde d'Elodie. Edgar Morin: Tout ce qui semblait séparé est relié et nous avons une communauté de destin*, https://www.francetvinfo.fr/replay-radio/le-monde-d-elodie/le-monde-d-elodie-edgar-morin-tout-ce-qui-semblait-separe-est-lie-et-nous-avons-une-communaute-de-destin_3924461.html
- Pennac D. (2012), *Journal d'un corps*, Gallimard.
- Schopenhauer A. (1880), *Aphorismes sur la sagesse dans la vie* (trad. Jean Alexandre Cantacuzène), Paris, Librairie Germer Baillière et Cie.

Nous remercions tout spécialement Alexandre Nassar et Valérie Zeitoun pour l'aide précieuse apportée à la rédaction de cet éditorial.

Encadré 1 : Méthodologie

12 individus ont été interrogés par mail ou par téléphone en avril 2020. Les réponses oscillent entre 1-2 pages Word et les entretiens ont duré entre 25 et 35 minutes. Le guide d'entretien s'organise autour de 2 principales questions :

En cette période de confinement, nous souhaiterions vous poser quelques questions sur votre quotidien :

- 1) Racontez-nous un peu comment se passe le confinement, comment vous sentez vous ? Votre état d'esprit a-t-il évolué ou changé ? Entre avant le confinement et maintenant ? Et depuis le début du confinement à aujourd'hui ?
 - 2) Depuis le début du confinement comment occupez-vous vos journées ? Y a-t-il des activités, des situations qui vous font du bien ? Si oui, lesquelles et de quelle manière, que vous apportent-elles ? (détente, évasion, bien-être...). S'il y a eu une évolution depuis le début du confinement, n'hésitez pas à nous en faire part et à nous raconter.
-

Tableau 1 : Echantillon

Prénom	Statut	Âge	Région	Profession
Tom	Célibataire, sans enfant	26	Paris	Doctorant
Alexis	Célibataire, sans enfant	27	Ile-de-France	Doctorant
Sabrina	Célibataire, sans enfant	26	Paris	Doctorant
Tiphaine	Mariée, sans enfant	29	Ouest	Enseignant-Chercheur
Fabien	Célibataire, sans enfant	33	Ouest	Informaticien
Alain	Célibataire, sans enfant	38	Sud est	Contrôleur de gestion
Bettina	Mariée, 2 enfants	46	Nord-ouest	Comptable
Laurence	Mariée, 1 enfant	47	Paris	Commerciale
Juliette	Mariée, 1 enfant	47	Paris	Chargé d'études
Elise	Divorcée, 1 enfant	48	Sud-Est	Enseignant-chercheur
Jean	Célibataire, sans enfant	50	Centre	Agent de l'armée
Lydie	Célibataire, sans enfant	56	Ouest	Comptable