

# *Expliciter* 96 novembre 2012

---

## *Le geste, mouvement incarné du sens*

*Nadine Faingold*

### **Geste et mise en lien**

Je suis à Bourges, j'anime une formation pour des conseillers d'insertion, dans une salle au sous-sol. Sur le mur du fond, un grand tableau où est resté inscrit mon schéma Action – Emotion, ce schéma auquel je tiens tant, (voir les numéros 26 et 45 et 58 d'*Expliciter*), celui sur lequel j'ai construit l'approche du décryptage du sens, celui qui distingue le niveau expérientiel des stratégies et le niveau identitaire. Sur le quart gauche en haut du tableau, les 5 cases des informations satellites de l'action. Sur le quart droit en bas du tableau la reprise analogique de la strate sous-jacente : les 5 cases avec l'émotion au centre.

Cette disposition est celle qui m'est apparue en 1997, le jour où, à l'Ecole Normale de Saint Germain en Laye, j'ai eu l'intuition du niveau du décryptage du sens avec l'émotion au centre.

Je suis face au groupe des conseillers, je donne les consignes de l'exercice de fragmentation. Puis, comme je le fais souvent, je prends un exemple que je vais décliner en auto-explicitation. « Qu'est-ce que je pourrais bien choisir comme activité... Tiens..., faire un ourlet au point de chausson, une activité que j'adore, qui m'apaise et m'emplit de douceur... »

Je formule donc, en toute authenticité comme je le fais toujours en démonstration, que dimanche soir justement j'avais un ourlet à faire. Je retrouve ma position sur le canapé, la ma-

nière dont je tiens les deux bords du tissu pour les relier par le mouvement de l'aiguille et du fil... Je refais le geste et je verbalise... « Je pique le bord haut du revers, je reviens très légèrement en arrière d'un ou deux millimètres et je ressorts l'aiguille, je plonge d'un centimètre environ vers la droite en bas vers moi, je pique le tissu qui forme le fond, la base stable de l'ouvrage, je reviens très légèrement en arrière d'un ou deux millimètres et je ressorts l'aiguille, je repars vers le haut à droite, je pique le bord haut du revers, et je continue ainsi... Ma main fait ce geste répétitif deux ou trois fois devant le groupe attentif... Et là je me fige... Quelque chose de dense et plein m'envahit, dense et plein, et en même temps vide de pensée ou de mot... Je dis au groupe... « Attendez, il se passe quelque chose, là »... Je refais le geste doucement, avec intensité, je suis avec le geste, avec ce mouvement, dans ce mouvement, je sais que quelque chose va venir...

Je lève les yeux vers le tableau du fond, vers mon schéma Action – Emotion, et les mots viennent, avec des larmes : « De l'action au sens, le fil de la vie... »

Le cœur de mon travail au sein du grex depuis quinze ans est là dans ce geste que je garde désormais en moi comme symbole incarné de ma recherche : Explicitation des pratiques et décryptage du sens.

## **Geste et mémoire**

### ***2012 - Témoignage d'une étudiante – Merci, Marie, de partager ton expérience qui m'a tant émue.***

« Au mois de décembre, à la fin d'un cours « Conduite d'entretien », comme je gagne la sortie, je vois Nadine en train de consulter son smartphone en faisant le geste de tourner une page virtuelle (geste particulier, qui doit simplement effleurer l'écran, sinon « ça ne marche pas »). Je n'utilise pas de smartphone et j'ai des difficultés avec les touches sensibles. Ce geste me demande beaucoup d'attention, il n'est pas automatique pour moi et, du coup, lorsque j'achète un appareil, je préfère éviter ces touches là.

Je regarde Nadine et lui dis : « Ça m'amuse toujours quand je vois les gens faire ce geste ». Elle se tourne vers moi, me regarde droit dans les yeux et me dit : « Si tu me dis ça, c'est que, pour toi, ce geste est important, il y a quelque chose derrière, cherche, refais le geste, refais-le... Quand je vois ton expression, je sais que c'est important ». Je pars prendre mon bus avec cette « mission »...

Dans le bus, je fais discrètement le geste, je le fais aussi mentalement. Il me vient deux idées : ce geste est lié à la lecture, il est également lié à une grand-mère mais je ne sais laquelle (j'en ai trois : deux biologiques, comme tout le monde, et une de cœur).

Je reste avec ces deux informations pendant plusieurs semaines.

Je repense au geste à plusieurs reprises. Je le refais, j'essaie de retrouver le fil en me posant des questions : qui faisait le geste, pourquoi... mais je me perds en conjecture et sens que je suis en train d'inventer une cohérence (je suis petite « on » me lit une histoire, le geste est en suspens et j'attends la suite...) j'arrête car je ne veux pas de « faux souvenir », je veux « le vrai ».

Pendant les vacances de février, je repense au geste, je le fais et le refais et retrouve d'autres informations, des sensations : je suis assise dans un fauteuil, je suis petite, une lumière d'après-midi d'hiver baigne la pièce et une voix me dit « Est-ce que ça va ma petite Marie ? » mais je ne sais pas où je suis ni avec qui, ni surtout qui fait le geste, je sais toutefois que *je ne réponds pas* à cette question. De nouveau, je cherche consciemment à retrouver les souvenirs avec des liens de causalité, une logique (si je ne réponds pas, c'est peut être parce que je ne sais pas parler, or j'ai parlé à 18 mois, donc ça ne va pas, puisque je suis petite, que la lumière

est ainsi, peut-être que je suis dans cette chambre...) mais j'ai encore l'impression de conjectures non de vécu.

En mars, je peux aller à un cours de Nadine au CNAM. Elle nous fait travailler sur les gestes et leurs reprises et me dit, comme je sors avec le groupe pour mener les entretiens : « Et ton geste, tu en es où ? » je réponds que j'ai des bribes mais que je cherche toujours. Elle m'encourage dans ce sens.

En partant je suis bien décidée à aller « jusqu'au bout », à « tirer le fil » pour retrouver ce souvenir dans son entièreté et toutes ses significations.

Je m'installe dans le métro, j'ai une place assise et une demi-heure devant moi. Et je me dis : « Tu es où quand *il y a* le geste ? » (avant ce moment là, je pensais toujours à un « on » qui faisait le geste). Et là, je retrouve les sensations : je suis dans un fauteuil, un de ceux qu'a fabriqué mon père, le dos est en cannage, l'assise est un coussin de forme légèrement trapézoïdal avec de petites encoches aux angles pour s'encaster contre le dossier et les supports des accoudoirs, souvent je glisse mes doigts entre le bois et le coussin, je suis assise, le dos bien droit, les jambes à la perpendiculaire, mes chevilles et mes pieds, seuls, dépassent du coussin. Sur mes genoux, un grand livre est posé, c'est un album, mais ce qui est important n'est pas ce que contient le livre, ce qui est important est le geste que je refais inlassablement pour l'ajuster. Je suis dans l'imitation des adultes que j'admire, je veux arriver à reproduire ce geste qui me semble magique et qui leur donne une prestance et un prestige incomparables. Je m'entraîne, ma main et tout mon avant-bras font un cercle dans l'air avant de se reposer sur la page pour la tourner : il faut assez de force pour tourner la page mais pas trop pour ne pas la froisser, cela demande une attention énorme, une maîtrise parfaite, un mélange savant de force et de douceur. Je suis dans la salle à manger de mes grands parents, en Normandie, devant la porte fenêtre qui s'ouvre sur la petite cour, au dessus de moi, il y a un immense philodendron. J'entends un pas traînant qui approche et j'entends : « Ça va *ti* ma petite Marie ? ». Je sais que c'est ma grand-mère, ma « Mamie d'Argentan » qui me parle. Je sens que « j'y suis », je me sens très émue mais je suis dans le métro, j'arrive à ma station. Je suis reprise par la réalité présente.

Le soir, dans mon lit, je reprends le fil. Je suis dans le fauteuil, je tourne les pages, j'entends la voix de ma grand-mère (non, je ne l'entend pas je « sens » cette voix) : « Ça va *ti* ma petite Marie ? ». L'émotion revient, les larmes, je sens que je touche un moment extrêmement important pour moi. Derrière moi, un pas traînant, je ne me retourne pas, je sais que c'est ma grand-mère, ma grand-mère qui marche si mal, ma grand-mère que j'ai aidé, lorsque j'avais 1 an à reprendre vie après son coma en jouant avec elle, en la sollicitant avec mes jouets, mon ours en peluche. C'est elle qui est là et aussitôt, je suis enveloppé d'affection, d'attention, je suis dans une bulle de bonheur, je ne dis rien, je me retourne vers elle et lui fais un immense sourire. Je sais que ce sourire est magnifique, c'est le sourire du bonheur parfait, le sourire que l'on voudrait voir sur tous les visages enfantins...

Le matin, je reprends encore ce souvenir, rien de plus ne me revient mais l'émotion est intacte, de même qu'en l'écrivant. Beaucoup de choses se condensent alors et se teintent différemment : mon chagrin terrible à son décès quand j'avais dix ans, le choix de mes professions (toujours entre l'enfance et les livres)..., mon émotion lorsque je repasse devant la maison où cette scène eut lieu, mon bonheur lorsque je vois les élèves au CDI plongés dans un livre ou une revue... »

### **Geste et identité**

Décembre 2006 – Stage d’auto explicitation. Je suis avec Mireille et Claudine, qui me soutiennent dans ce difficile travail de m’autoriser à écrire à partir de moi-même.

J’évoque un moment de la matinée. Je suis en position de parole incarnée, je revis pleinement le déroulement de ce vécu ... Assez brutalement, mon attention est distraite par une intervention de Pierre auprès d’un autre participant, quelque part vers la droite, intervention qui fait intrusion dans la sécurité intérieure de ce qu’était mon voyage introspectif.

Je sors donc d’évocation, je regarde à droite ce qui se passe, je regarde Mireille et Claudine, puis, avec quelque difficulté, je prends le temps de retrouver le contexte du moment que je décrivais, j’y retourne doucement, et je suis à nouveau envahie par la plénitude du souvenir.

Un peu plus tard dans la journée, je choisis précisément ce moment comme support d’auto-explicitation avec passage à l’écrit. J’écrirai des pages et des pages de description de ce moment, tout en sentant que le « moment du moment » qui m’attire, le moment clé où quelque chose d’essentiel se joue est le moment où je retourne en évocation. Avec mon attirance passionnée pour le décryptage du sens, je vais m’arrêter là sur cette fraction de seconde décisive où je me relie à mon vécu.

### ***Auto-explicitation :***

Ne pas lâcher le vécu d’origine

Je reviens vers ce vécu. Le contexte... Claudine à ma droite Mireille à ma gauche, et l’intervention de Pierre là bas

Le moment juste après où je lâche pour être à nouveau en contact

Je rejoins mon corps

J’ai recontacté le mouvement de laisser de côté le mouvement vers Pierre, ce moment où je reprends une posture de retour vers moi-même, je me redresse je me restabilise entre Claudine et Mireille je ferme les yeux je joins à nouveau mes mains parce qu’il faut retrouver le moment de vécu que j’étais en train de décrire et où j’avais les mains jointes...

Je rejoins mon corps qu’est-ce qui se passe quand je rejoins mon corps ?

Il y a eu le mouvement vers l’intervention de Pierre

Puis

Je reviens vers moi

Ici me vient cette magnifique injonction de la tradition judaïque « Va vers toi-même »

Et là, j’éprouve le besoin de dire tout haut, peut-être de faire des gestes...

Qu’est ce qui se passe quand je reviens vers ce moment, quand je reprends la posture ?

La posture, et ce geste de mes deux mains qui se posent...

Je reprends la posture, je fais le geste.

Je me détends...

Je laisse venir

Qu’est ce qui me vient de ce moment où je me détends ?

Les flots  
La confiance  
Tout est là

Je rejoins mon corps  
Je rejoins ma chair  
La chair de ma chair  
Je suis une maman

Position de parole incarnée  
Je suis habitée  
Je suis pleinement moi-même

Mon attention est vers le bas vers le rien vers le plein de mon histoire ou de ce que je suis  
Je suis face au mystère à l'inconnu au sacré

Ça m'apparaît comme la nuit comme la vie comme le point d'une naissance

Je cherche le mot pour cette posture d'avant l'émergence  
Attente confiante  
Foi  
Acceptation  
Sourire intérieur  
Posée

## **Présence**

### *Fin de l'auto-explicitation*

Quand le mot « PRESENCE » est venu, j'ai été prise d'une émotion profonde et envahie de larmes.

C'était le mot **juste**, le mot qui me donnait l'unité avec la corporéité de ce moment là.

J'ai reçu comme un cadeau la coïncidence parfaite entre le mot Présence et ce vécu du retour à moi-même, symbolisé par une posture et un geste des deux mains posées sur mes genoux .

A ce moment là du 15 décembre 2006, je n'ai pas envie d'aller plus loin, ce que j'ai atteint est la perfection même.

J'ai lâché la description pour aller au décryptage. C'est ce qui me passionne.

A la proposition de Pierre de « reprendre le même moment » pour aller plus loin, je suis étonnée, en fait je ne comprends pas, parce que pour moi, il n'est pas possible d'aller plus loin, je vais finalement le faire à ma manière, pendant plusieurs mois, non pas pour déployer une description des différentes couches de vécu, mais pour décrypter le sens du mouvement qui m'a mené à la **présence**, et je vais en fait repartir de la mise en geste de ce moment.

Juste avant le retour à la position d'évocation, au contact avec le vécu, à la présence, il y a ce détournement d'attention, cette distraction de moi-même par un épisode factuel, une intervention orale de Pierre auprès d'un autre stagiaire... Je vais donc me replacer un peu en amont, retrouver le contexte de cette sortie d'évocation, et repartir du geste qui symbolisera pour moi au fil des semaines et jusqu'à aujourd'hui, ce qui s'est joué dans cet exil et ce retour. Ma main droite se déplace vers la droite, c'est le moment où mon attention est attirée par

autre chose, puis lentement, elle revient vers mon centre, jusqu'à se poser, paume vers le bas, « Présence ».

Ce geste, je vais inlassablement le refaire, le reprendre, dans le métro, chez moi, m'y appuyer pour laisser venir les mots, vérifier leur adéquation, et à chaque fois savoir que ce n'est pas encore ça, jusqu'à trouver, dans le bonheur et les larmes, l'expression juste du sens de ce vécu.

Sur le mouvement de la distraction, ma main part à droite, j'avais le mot « déplacée » (ce qui me vient aujourd'hui où j'écris, en 2012, c'est « déportée »...) me vient ensuite, lors d'un de mes essais : « je me détourne de moi-même »... Ce n'est pas encore tout à fait ça, mon corps me dit qu'il y a encore un décalage entre cette phrase et la vérité de mon vécu... et un jour de mars 2007, les mots s'ajustent, « Je suis détournée de moi-même »... Je sais que c'est ça.

Sur le mouvement du retour à moi-même, voici une liste de mes essais, où à chaque fois je notais, tout en sachant que ça se rapprochait mais que ce n'était pas encore ça...

Je reviens  
 Je me pose  
 Je me repositionne  
 Je me recentre  
 Je m'ouvre  
 Je me pose  
 Je me retrouve  
 Je laisse venir  
 Je reviens vers moi-même  
 Je suis là

Je me retrouve

Je me recentre  
 Je vais vers moi-même  
 Je reviens  
 Je suis hors de moi, je reviens vers moi

Je me retrouve

Je suis là  
 Je me ressource  
 Je suis moi-même

En mai 2007, à partir de la reprise du geste, je trouve le sens du retour à moi-même dans ce moment où je reviens en évocation : « **Je me réincarne** ». Je resterai plusieurs jours avec l'émotion intense générée par cet accès au sens.

Je peux dès lors garder comme l'une de mes plus puissantes ressources ce mouvement en trois temps :

Je suis détournée de moi-même (et j'en prends conscience)  
 Je reviens vers moi - Je me réincarne  
 Présence.

Mai 2008. Rimouski.

Je dois faire une conférence le second jour d'un séminaire venant clore les trois années

d'étude du cursus des étudiants en psycho-sociologie. J'ai prévu de présenter à la fois la démarche de l'explicitation des pratiques et la recherche sur l'activité des éducateurs de la PJJ. Le premier jour, j'assiste aux témoignages bouleversants des étudiants qui les uns après les autres viennent témoigner de l'importance dans leur vie des changements qu'ils ont vécu grâce à cette formation. J'ai les larmes aux yeux à chaque prise de parole. Ils sont magnifiques.

Le soir dans ma chambre d'hôtel je suis effondrée, je me sens incapable de maintenir le cap de ce que j'ai prévu, avec cette conférence, je suis en décalage complet avec le niveau émotionnel de la première journée... Insomnie... Je n'arrive pas même à relire mes notes pour le lendemain, je m'enfonce dans ma nullité... Vers trois heures du matin, je décide de prendre un bain pour essayer de me détendre... Et là, me revient mon geste, « je reviens vers moi-même »... Je le fais ce geste, je dis les mots, je m'installe dans ce mouvement de retour à moi-même, et je décide que je vais la faire ma conférence, et parler de ce que je fais, de ce que je suis, de ma pratique de formatrice et de chercheuse...

Le lendemain, j'ai commencé par dire mon émotion de la veille, ma déstabilisation profonde, ma décision, et j'ai parlé de ma recherche... Et ça s'est plutôt bien passé !

19 Octobre 2012 aujourd'hui où je commence l'écriture de cet article alors que j'étais bloquée depuis si longtemps à l'idée d'écrire à partir de moi-même, voici les mots qui me viennent :

« Je reviens chez moi, terre promise. Les portes sont à l'intérieur ».

Ce qui, quand je pense à ce qui se noue en moi autour de la problématique de l'exil, me fait sourire dans l'émerveillement d'une compréhension possible des voies singulières du sens.

# *Saint Eble 2012*

## *Aller plus loin dans l'explicitation*

### *Exploration des techniques de décentration et de leurs effets*

*Maryse Maurel*

#### ***Introduction***

Pour la vingtième fois nous nous sommes retrouvés à Saint Eble à la fin du mois d'août. La première fois, en 1993, c'était pour un séminaire sur l'animation des stages de formation aux techniques d'aide à l'explicitation, avec seulement une petite partie de séminaire expérientiel. Puis la part de l'expérientiel a augmenté jusqu'à prendre toute la place et renvoyer les échanges sur les stages de formation dans une journée pédagogique à Paris, une fois par an. Le séminaire expérientiel est devenu Université d'Été en 2003. Nous venons donc de participer à notre dixième Université d'Été de Saint Eble. Comme je le fais depuis plusieurs années, je rassemble quelques faits issus des journées que nous avons passées ensemble. Le mode de travail de 2012 ne me permet pas de rendre compte du travail des petits groupes. Je me limiterai au déroulé chronologique, à l'état de l'art dressé par Pierre en ouverture et à des remarques et questions issues des interventions glanées dans le feedback de fin, du travail que j'ai déjà fait et de celui de mon trinôme.

Pour les quinze personnes qui ont pu venir à Saint Eble dès le jeudi 23 août à 14h, nous avons eu un peu de focusing en guise de mise en jambes pendant deux demi-journées.

Nous avons commencé l'Université d'Été le vendredi 24 août à 14h30. Vingt-et-une personnes se sont retrouvées dans la véranda, sur les chaises blanches où le rond se fait ovale. Il faisait chaud, c'était encore l'été. Nous n'aurons un peu de fraîcheur que le dernier jour, lundi. Le Petit Saint Bernard était encore ouvert (il fermera après notre départ), nous n'avions que la place à traverser pour aller déjeuner. Nous avons apprécié l'accueil et la disponibilité de Fred et de Léna, la saveur de leur plateau de fromages et de leurs pizzas (que nous avons dégustées un soir tous ensemble, selon la liste de nos choix relevés dans la journée, condition pour bénéficier du plaisir d'être servis tous en même temps). Les autres soirs, nous sommes éparpillés dans les restaurants de Langeac. Pour la nuit, nous étions dans des hôtels, au monastère ou au camping.

Bienvenu, Corinne, Éric, Emmanuelle et Dynèle, nous ont rejoints cette année. Quelques participants de longue date nous ont manqués.

Comme chaque année, l'Université d'Été a été riche, productive, le travail fut intense et les échanges chaleureux. Chaque groupe a exploré le thème à sa façon, selon ses centres d'intérêt, ses compétences, son imagination. Nous avons exceptionnellement repris le thème de l'an dernier. C'est une première dans l'histoire de Saint Eble.

Une longue introduction de Pierre, très construite, quelques balises pour la co-recherche et c'est parti, accrochez vos ceintures, nous voilà en pleine exploration de la décentration<sup>1</sup>, du

---

<sup>1</sup> Je choisis d'utiliser le mot « décentration » dans ce compte-rendu comme terme générique de tous les cas de déplacement de la conscience. Le terme « dissocié » nous amènerait à utiliser « dissociation » comme substantif associé, mais ce mot est sujet de nombreuses critiques par référence à son utilisation en psychiatrie. Le terme « dissocié » est maintenant le terme générique que nous utilisons pour désigner toute partie détachée de moi ou

changement de point de vue, de la prise de recul, de la mise à distance. Ça décoiffe ! Nous ne sommes plus tout à fait en *terra incognita*<sup>2</sup> mais il nous reste encore tant de paysages intérieurs à découvrir et à décrire ! Et tant de questions passionnantes à faire émerger et à documenter ! La carte de ce territoire se dessine à peine.



*Photo des enregistreurs numériques (ceux qui étaient placés au centre dans le feedback final)*

Les enregistreurs numériques ne chôment pas. Que vont devenir tous les petits bits électroniques stockés ? Quelques uns parviendront-ils à briser la coquille de leur disque dur pour se frayer un chemin jusqu'aux pages d'Expliciter, toutes prêtes à les y accueillir ? À suivre...

### **1. Le déroulement de l'Université d'Été et le mode de travail**

<b>Quand ?</b>	<b>Quoi ?</b>
<i>Vendredi après-midi</i>	<i>Ouverture de l'Université d'Été Le thème Quelques échanges Travail en trinômes (1 tour)</i>
<i>Samedi matin</i>	<i>Régulation Travail en trinômes</i>
<i>Samedi après-midi</i>	<i>Feedback Nous décidons de maintenir les trinômes Travail en trinômes</i>
<i>Dimanche matin</i>	<i>Mini feedback Travail en trinômes</i>
<i>Dimanche après-midi</i>	<i>Travail en trinômes Feedback des journées</i>
<i>Lundi matin</i>	<i>Feedback des journées (suite et fin) Départ après le repas</i>

Nous étions 21, soit 7 groupes de 3. À partir de l'introduction et des propositions de Pierre, à

---

tout lieu de conscience.

<sup>2</sup> Voir à ce sujet les articles déjà publiés que Pierre a réunis dans un dossier cet été, *Dossier sur la mise en oeuvre des « dissociés » dans la pratique de l'entretien d'explicitation*.

partir d'une expérience commune comme réserve de V1<sup>3</sup>, chaque groupe a choisi ses centres d'intérêt, ses questions et a défini son travail et ses pistes d'exploration. Nous n'avons fait que quelques feedbacks de régulation. Nous avons conservé la constitution initiale des trinômes. Nous savions de quel temps nous pouvions disposer. C'était du non stop. Nous étions en immersion totale. Et parfois, ça a déménagé.

Quel est l'intérêt du travail dans un même trinôme pendant tout le séjour ?

Les petits groupes travaillent en toute indépendance, à partir des inductions données par Pierre dans sa présentation d'ouverture, il n'y a pas d'influence d'un groupe sur l'autre des choix et des idées, des essais et des découvertes. C'est une façon de mettre à distance l'unanimité et le consensus pour avoir le plus d'inventivité et de variation possible. Pierre nous rappelle que nous ne sommes pas dans un stage, il nous invite à explorer, à faire ce qui nous intéresse, à utiliser à plein cet espace de liberté que nous offre l'Université d'Été, bref, à laisser libre cours à notre créativité.

Y a-t-il des inconvénients ? Il peut arriver qu'un groupe fonctionne mal mais il y a toujours la possibilité de dissoudre le trinôme et d'accueillir les personnes dans d'autres trinômes. Cette possibilité n'a pas été utilisée cette année.

Un autre inconvénient est inhérent au choix de la méthodologie de travail ; nous nous voyons peu entre groupes. Certes, nous discutons au sein du grand groupe ou en conversations plus privées pendant les pauses, les repas de midi, autour des tables du soir ou des petits déjeuners selon que nous sommes à tel ou tel hôtel, au monastère ou au camping. Mais il me reste l'impression de ne pas avoir vraiment rencontré certains participants avec qui j'aurais eu plaisir à échanger plus longuement que dans les salutations d'usage. Le cadre de Saint Eble est *a priori* plus propice aux échanges informels que celui du séminaire de Paris. Mais pas toujours. J'ai peut-être ressenti ce manque par comparaison avec le stage de niveau II de juillet où nous n'avons jamais travaillé deux fois avec les mêmes personnes, sans réussir à travailler avec tous les participants. Toutefois, en juillet, le but n'était pas le même, c'était un stage, fait pour un maximum d'entraînement avec des A et des B différents. Dans l'Université d'Été, nous sommes là pour prendre le temps d'explorer en profondeur le thème de l'année. La posture est radicalement différente.

Le travail a été riche et c'est ce qui importe ; c'est pour la liberté d'exploration qu'offre le séjour à La Bergerie que nous faisons tant de kilomètres pour y venir chaque année à la fin du mois d'août.

## ***2. Ouverture des journées et introduction de Pierre au travail de cette année***

En ouverture, vendredi en début d'après-midi, Pierre nous livre l'état de la question de la décentration au sein du GREX. J'écris ce paragraphe à partir de l'enregistrement de sa présentation.

### **Quelles sont les finalités de ce travail ?**

Nous ne pouvons pas utiliser une pratique sans mettre à jour pourquoi et comment elle fonctionne, nous sommes encore et toujours dans le travail de l'explicitation sur l'explicitation. Nous sommes à la recherche de moyens permettant d'avoir plus d'informations pour décrire notre monde intérieur. Très précisément à l'endroit où il n'y a plus de paroles, où nous pensons ne plus rien avoir à dire, ne plus rien pouvoir dire. Nous cherchons comment aller plus loin à partir de cet endroit,

- selon les trois buts, informer le chercheur, informer le sujet, lui apprendre à s'auto-informer,
- selon le critère du niveau de détail utile défini par le but de l'entretien.

Il s'agit de dépasser les difficultés, les obstacles, les impossibilités apparentes ou ressenties, selon les besoins et les demandes de A<sup>4</sup> ou de B. C'est un outil de plus pour les cas où le besoin s'en fait (ou s'en ferait) sentir.

<sup>3</sup> Nous appelons V1 le vécu de référence, V2 l'entretien qui prend comme contenu ce V1, V3 l'entretien qui explicite les actes du V2.

<sup>4</sup> Je rappelle que nous appelons A le questionné et B le questionneur dans nos entretiens d'explicitation.

## Comment aller plus loin (que ce que nous avons fait jusqu'à présent) ?

L'entretien d'explicitation est allé plus loin en utilisant la mémoire d'évocation à laquelle nous n'avons pas accès spontanément, en utilisant une situation spécifiée pour être sûrs d'avoir de l'implicite, en visant tout le champ du préréfléchi parce que le sujet ne sait pas ce qu'il sait, en fragmentant pour avoir plus de détails, en opérant l'expansion qualitative pour explorer toutes les couches et en convoquant tous les outils de base de l'explicitation. Nous avons des formats de relances dont les effets perlocutoires dirigent l'attention de A de façon appropriée, nous avons bien travaillé sur tous ces points, nous avons inventé de nouvelles questions.

Et depuis deux ou trois ans, nous développons des techniques et des explorations pour répondre aux questions : que pouvons-nous obtenir par la décentration ? pouvons-nous obtenir plus de chose ? et comment le faire ? De là où je suis, je peux dire certaines choses, et quand je suis là-bas, dans un autre moi-même, dans une partie de moi que j'ai détachée ou dans un lieu de conscience hors de moi, cette instance reliée à moi sait ce que je ne dis pas, ou ne peux pas dire, sur le vécu de référence ou sur autre chose, et je peux le décrire. J'ai donc accès à plus d'informations soit sur ce vécu de référence, soit sur le moment de l'entretien.

Le but de cette Université d'Été est de nous familiariser avec l'idée que, dès que quelqu'un s'arrête, bafouille, pense ou croit qu'il ne peut pas aller plus loin, nous pouvons lui proposer d'installer un dissocié, d'utiliser la décentration.

Pour ce faire, n'oublions pas qu'à Saint Eble nous avons toujours des dispositifs à deux couches.

Première couche : faire un entretien d'explicitation, ici explorer comment je peux apprendre à utiliser un dissocié quand j'en ai besoin et comment rajouter cette possibilité à ma panoplie de techniques.

Deuxième couche : quels sont les actes de la mise en place d'un dissocié ? Si nous mettons en place un dissocié dans un premier entretien V2 visant le vécu de référence V1, nous pouvons faire ensuite un deuxième entretien sur le vécu de ce dissocié, de sa mise en place, de ses propriétés, en utilisant le premier entretien comme matériel pour le second<sup>5</sup>.

Il est bien sûr possible aussi de rester sur le premier entretien qui demeure très intéressant à explorer pour savoir quels types de dissociés je mets en place, comment je les mets en place, comment je les questionne et ce que j'obtiens.

Notre but est donc d'explicitier ce qui se passe quand nous introduisons des dissociés (toujours l'explicitation de l'explicitation).

Qu'allons-nous faire des données produites ? Elles vont nous permettre

- l'acquisition précieuse de nouvelles compétences.
- la description factuelle du déroulement des actes (voir ce qui a déjà été publié dans le dossier Dissociés, op. cité).

Dans la première couche, il est très intéressant de relever des exemples comme celui où le A doit s'endormir pour que le dissocié puisse s'exprimer<sup>6</sup>, comme ceux où il doit être assez loin de A pour avoir son autonomie ou comme celui, plus atypique, où il est dans le dos de A et regarde « par dessus l'épaule de A ».

Donc, explorons la mise en place du dissocié, explorons par exemple comment il acquiert l'autonomie : en effet, je place une instance de moi qui m'apprend des choses que je ne sais pas ; et j'écoute ce qu'elle a à me dire. Ce n'est pas du tout trivial. Pourquoi faut-il que je me mette ailleurs pour apprendre des choses que je ne sais pas à l'endroit où je suis ? Comment se déroule le processus ? Quelle part de moi autorise ce processus ? Puis-je décrire le type de corporéité que je donne à mon dissocié, comme s'il était important de prendre en charge tel ou tel schéma corporel (voir les exemples déjà recueillis) ? Comment explorer le fait de se voir de l'extérieur ?

Dans la deuxième couche, qu'est-ce qui se passe quand je sépare une partie de moi-même ou quand je déplace ma conscience ? Pouvons-nous décrire ces actes ?

Nous trouvons dans la littérature existante des exemples de décentration (souvent appelé décorporation parce que le sujet se regarde de l'extérieur), mais nous ne pouvons rien en faire parce que cela débouche très souvent sur des questions métaphysiques qui ne font pas partie de nos préoccupations ici. Ce qui nous intéresse dans cette littérature, ce sont les traits descriptifs relevés, que nous retrouvons dans nos expé-

<sup>5</sup> MAUREL M., MARTINEZ C. (2012), *Explorer un vécu sous plusieurs angles Deuxième partie 1. Vivre des positions dissociées*, Expliciter 95 ou le dossier Dissociés (op. . cité).

<sup>6</sup> Cet exemple nous renseigne sur l'autonomie du dissocié.

riences de décentration. Personne n'a vraiment une théorie, mais il y a des faits que nous avons rencontrés et que nous reconnaissons.

Bref, il y a quelque chose de nouveau à penser sur la conscience et sur la délocalisation de la conscience. Pour le moment nous en sommes à l'exploration. Il y a derrière tout cet aspect technique de vraies questions nouvelles où nous ne pouvons entrevoir que quelques pistes. Et nous cherchons comment donner de l'intelligibilité à nos observations<sup>7</sup>.

### L'effet perlocutoire du choix du (des) mot(s) dans la mise en place

Dans le stage de niveau II de juillet 2012, à partir de la question « que se passe-t-il si on change l'énoncé de la consigne ? », Pierre a utilisé pour la première fois une nouvelle consigne. En effet, si ses hypothèses théoriques sont justes, en changeant la consigne, il doit se produire des effets différents. Les résultats ont été époustouflants, dixit Pierre qui a récolté les témoignages de juillet. Nous ouvrons ainsi une nouvelle porte, étonnante de simplicité et de facilité.

### En résumé, le but de l'Université d'Été

Le but de l'Université d'Été est donc de chercher à décrire de quoi est fait un vécu de dissocié. Pierre nous propose d'explorer la décentration et les dissociés aux deux niveaux,

- celui de l'explicitation du contenu du V1 : expérimenter comment nous pouvons pratiquer, trouver les bons débuts d'entretien, tester les phrases magiques, observer les variations d'effets perlocutoires suivant le choix des premières relances de mise en place, suivant l'adressage,
- et celui de l'explicitation des actes : recueillir des descriptions les plus précises possible de vécus de décentration, y compris avec des exemples atypiques et des erreurs.

Ne pas oublier qu'on ne met en place un dissocié que si l'on en a besoin. Il faut que son installation soit motivée, sinon, le processus tourne à vide. D'où le choix d'une consigne commune (voir plus loin dans le texte), introduisant des actes inhabituels que nous n'avons pas l'habitude de saisir et de décrire.

### Comment mettre en place un dissocié ?

Pierre résume les principales étapes selon l'état de la question aujourd'hui au sein du GREX, après deux ans de pratique et après le travail autour du stage de niveau II de juillet 2012.

1) **obtenir le consentement de A** : « Là, tu serais d'accord pour qu'on fasse un peu différemment, ... »

2) **induire la mise en place**, sans utiliser le terme « dissocié », en utilisant la phrase magique :

« ce que je te propose, c'est, si ça te convient, de mettre en place, quelque part autour de toi, un autre toi-même / un autre X (utiliser le prénom) / un autre lieu de conscience, de telle façon que, de cet endroit-là, tu<sup>8</sup> pourras observer, capter, comprendre (on peut ajouter des propriétés : « de façon non verbale », « savoir ce qui se passe à l'intérieur »), ce qui se passe pour celui qui est assis là sur cette chaise (ou « pour celui qui a vécu le moment où... » en désignant le vécu à expliciter), prends le temps de sentir et d'essayer. Je te propose de me décrire ce qu'il observe là, de cet endroit-là. Pour la suite de notre échange, je te propose de choisir le nom de cet autre toi-même, comment le nommerais-tu pour que je puisse lui parler directement ? »

La partie « tu pourras observer, capter, comprendre... » définit la mission, le but assigné au dissocié, et les compétences nécessaires qui en découlent, mission qui va déterminer le lieu où sera placé le dissocié. C'est une étape cruciale, la mission doit être claire, le positionnement doit être validé, le dissocié doit être là pour remplir cette mission-là. Dans cette partie de la relance, il est bon d'éviter le verbe « voir » pour les A qui auraient un autre accès sensoriel et pour ne pas limiter la saisie ; nous pouvons éventuellement inventer et tester d'autres verbes pour observer les effets perlocutoires. Il est possible de décrire des compétences supplémentaires et des moyens qu'on veut mobiliser en plus, comme par exemple « de telle façon que tu puisses vraiment décrire finement ce qui s'est passé dans le vécu comme si tu avais des rayons X (ou autre chose) ».

Pour le vécu visé, qui est l'objet attentionnel désigné au dissocié, il faut être très précis et très délicat pour ne pas créer de confusion temporelle entre le temps du V2 et le temps du V1 (ce sont deux directions attentionnelles différentes).

<sup>7</sup> Voir l'article de Pierre dans ce même numéro.

<sup>8</sup> La question reste ouverte de savoir s'il vaut mieux utiliser « tu » ou « il / elle ».

Le « dissocié » peut être une partie détachée de A, un animal, un mentor, un ange, n'importe quelle entité qui convienne à A pour le but assigné. Il est bon de laisser à A toute la liberté de choisir ce qui lui convient le mieux, sauf si l'objet de l'exploration est d'observer les effets perlocutoires du mot choisi. L'entité peut-être personnelle (un autre moi, une partie de moi, une co-identité, quoi que ce soit reconnu par moi comme une partie de moi) ou non personnelle (un mentor, un sage, un ange gardien, un saint, un animal, un végétal, un objet, un outil).

### 3) Adressage

B doit bien se rappeler qu'il y a plusieurs entités en face de lui, il doit préciser à laquelle il s'adresse, pour qui est la relance. L'adressage doit être extrêmement précis, au risque de créer de la confusion ou de la gêne chez A et par contrecoup, chez B.

Pour dépasser un blocage ou pour explorer la deuxième couche, celle des actes du V2, on peut ajouter un dissocié « pour saisir la situation dans son ensemble ». Il pourra nous renseigner sur les propriétés du premier dissocié et sur les relations entre lui et A. Et ainsi de suite.

### 4) Remercier les dissociés et rassembler les dissociés.

« Je te propose de prendre le temps de rassembler toutes les parties de toi, toutes les instances que tu as mises en place en prenant le temps de remercier chacune de sa contribution. »

#### **Pierre nous propose deux stratégies pour vivre le vécu de référence**

- soit nous constituons les trinômes et chaque groupe fait l'expérience du vécu de référence à sa façon, dans une liberté totale.
- soit il nous propose une expérience commune, pour avoir tous la même consigne, expérience choisie pour ne pas être facile à débriefer.

Nous optons pour la deuxième solution afin d'avoir une expérience commune choisie par Pierre de façon à permettre et à provoquer des difficultés, des obstacles lors de l'explicitation des vécus ; il n'est pas simple en effet de créer ce genre de difficultés. Cela permettra aussi des comparaisons de descriptions de vécus dans l'optique de la recherche.

#### **L'expérience commune**

Pierre nous accompagne en grand groupe pour que chacun constitue une expérience commune de référence à partir d'une même consigne de rêve éveillé. Elle constituera une réserve pour expliciter des vécus de création, de transition, de prise de décision et autre vécu difficile d'accès.

Le schéma de cette proposition d'expérience est de trouver un point de départ dans un lieu de la nature qui soit accueillant, confortable ; puis de se mettre en marche et d'apercevoir un pont et de choisir de le traverser (changement de monde) ; et là d'apercevoir une maison et de s'en approcher pour la visiter, sachant qu'elle ma maison de l'explicitation ; puis de la quitter et retraverser le pont et revenir au point de départ, puis dans la salle et dans la présence aux autres. Le but primaire est de partager tous la même expérience intérieure qui servira de V1, le but secondaire étant de permettre à chacun d'explorer toutes ses représentations inconscientes qui l'habitent en référence à l'explicitation.

Puis nous nous séparons et partons en travail de trinôme sans parler ensemble de cette expérience, nous la réservons pour le travail d'explicitation.

Par rapport à l'expérience de rêve éveillé dirigé, je ne donne pas la consigne ici, le but n'est pas de s'intéresser à cette expérience ni d'en débriefer le contenu ; cela relèverait d'un travail thérapeutique ou d'un travail sur le symbolique<sup>9</sup> ; Il s'agit de faire expliciter des vécus de dissocié et de faire décrire les propriétés, les actes de la mise en place, les relations entre les différentes entités.

Exemples de questions à documenter : pour chacun de nous, quand Pierre a commencé à parler qu'est-ce qui s'est passé ? qu'est-ce que ça a été de traverser le pont ? Inutile de tout parcourir. L'enjeu c'est de débriefer des actes inhabituels, des transitions, comment je suis passé de là à là, comment j'ai pris ma décision, il s'agit de faire l'explicitation à des endroits difficiles d'accès, en allant aussi loin et en faisant autant de retours que nous en avons envie. Allons jusqu'à la profondeur qui nous intéresse, aiguïsons nos outils pour atteindre cette profondeur.

Ce que je retiens des conseils de Pierre à la fin de sa présentation, des travaux déjà publiés et des fils directeurs qui se sont dégagés en cours de travail, c'est que nous sommes réunis à Saint Eble, en Université d'Été, pour nous exercer à mettre en place des dissociés, pour décrire le plus finement possible

---

<sup>9</sup> C'est un travail profond, le contenu se situe sur le plan personnel, hors du champ du thème de travail de Saint Eble.

l'expérience de la mise en place d'un dissocié ou d'un autre lieu de conscience<sup>10</sup>, pour questionner le vécu des instances, pour faire décrire la compréhension de la consigne de l'expérience commune du rêve éveillé, pour faire décrire les transitions, les liens entre les dissociés, et pour conserver précieusement les échecs afin de les analyser et d'étudier ce qu'ils nous apprennent. Il nous faut éviter les interprétations en tout vérifiant auprès de A et il nous faut surtout bien garder en tête la question : qu'est-ce que j'apprends de nouveau dans les données que je recueille ? L'enjeu de notre travail collectif reste celui du recueil d'informations supplémentaires, nouvelles, utiles qui permettront d'alimenter les réflexions théoriques.

### **3. Au fil des feedbacks, questions et remarques**

Je rappelle encore une fois que l'entretien d'explicitation et l'utilisation de la décentration n'ont de sens que s'il y a quelque chose à élucider, que si la technique répond à une question, à un besoin qui motive le A ou le B et module les intentions éveillantes de B lancées en direction de A.

Il y a une telle variété d'expériences décrites qu'il faut éviter les présupposés limitants et les formulations généralisantes, cela pourrait nous priver de l'ouverture et de la liberté d'envisager encore d'autres hypothèses et de gagner encore plus de liberté de création. Nous devons éviter de projeter sur notre dissocié nos limites actuelles : pour le moment, nous ne connaissons pas les limites du dissocié, les limites sont celles des compétences que nous lui injectons, qui dépassent les nôtres. Si nous allons voir dans le champ de la PNL, nous pouvons y trouver des modèles créés pour transgresser des limites. Chacun d'entre nous se retrouve dans les limites de l'imaginaire de ce qu'il peut proposer à l'autre, nous avons donc une éducation à faire et nous pourrions imaginer des gammes sur les dissociés pour apprendre à aller vers des propositions auxquelles nous ne pensons pas.

Nous avons pris l'habitude en atelier et à Saint Eble, quand nous sommes A, de réagir en direct aux relances de notre B. Et les premiers travaux ont montré que A est particulièrement sensible aux effets perlocutoires des mots de B, Il est donc impératif que B soit très clair dans son langage. Quand une relance est inadaptée, la rétroaction est immédiate et il est possible de modifier la relance, de tester la nouvelle forme et de recommencer autant de fois que nécessaire pour obtenir l'effet perlocutoire souhaité.

## **À propos du rêve éveillé**

L'expérience de rêve éveillé dirigé que nous avons faite en commun n'est qu'un support pour décrire le travail de l'imaginaire et mettre en scène un dissocié masqué. Dans le rêve éveillé, il y a d'abord une scène réelle, nous sommes ensuite invités à entrer dans l'imaginaire. Le personnage de cette scène est un autre moi, on peut dire que c'est un dissocié. Cela nous montre que certaines techniques existantes, comme le rêve éveillé ou l'imagination active, utilisent des dissociés sans les nommer explicitement.

Les moments signifiants de cette expérience sont les moments où il y a création de l'imaginaire. Pierre dit « Il y a un pont ». Dans ma scène réelle, il n'y a pas de pont. Alors quels sont les actes que je pose pour faire exister le pont<sup>11</sup> ? Pierre dit « Est-ce qu'il y a une cave, est-ce qu'il y a différentes pièces ? Moi je sais pas, c'est vous qui savez ». Il y a des décisions à prendre pour savoir si je crée une cave ou pas, si j'y vais ou pas, quelles sont les pièces que je vais installer dans la maison, lesquelles je vais visiter, comment je les meuble, décore, occupe. Et tous ces actes sont posés sous l'effet perlocutoire des mots de Pierre.

## **À propos de la consigne et de la typologie des dissociés**

Il me semble qu'une grande partie du travail de l'Université d'Été a été consacré à tester des relances d'installation en faisant varier ce qui définit le dissocié à installer, son nom, sa mission, ses compétences, pour observer les différents effets produits. Les relances testées ont été : « je te propose de placer un autre toi-même », « je te propose de placer un lieu de conscience », « je te propose de laisser voyager ta conscience », « je te propose de placer un point de vue différent » et certainement maintes variations autour de ces inductions. Il faudra donc avoir suffisamment d'exemples pour dresser une

<sup>10</sup> Nous savons déjà qu'il suffit de changer un mot dans la relance d'installation ou dans la consigne pour produire des effets très différents.

<sup>11</sup> Voir l'article sur la création du pont dans ce même numéro.

typologie des dénominations des dissociés et de ce que chaque type produit et comment.

Une distinction est à faire entre les dissociés personnels et les dissociés non personnels. Un dissocié personnel est un détachement de moi (une partie de moi, un autre moi-même, un autre X), il peut devenir autonome et me dire des choses que je ne sais pas si je n'exerce pas de contrôle sur lui, si je lui laisse toute sa place. Un dissocié non personnel est une entité que je ne vis pas comme étant moi ou une partie de moi (personnage, mentor, lieu de conscience) en faisant l'hypothèse que je peux accéder à d'autres lieux de conscience que je vais découvrir. Pour cette instance qui est toujours disponible, cela n'aurait pas de sens de vouloir la ramener à la fin. Le point de vue semble appartenir à cette catégorie. Entre les deux, il y a des entités intermédiaires comme un animal, un végétal, un objet. Dans toutes les situations, il y a un lien entre A et son dissocié, le premier est une partie de A, l'autre non.

Question : Y a-t-il continuité du personnel au non personnel? Pas de réponse à ma connaissance.

Autre question : la question s'est posée de savoir où est « Je ». Est-ce que je suis à plusieurs endroits tout en disant « il / elle » ? Quand je me décentre, c'est moi qui me décentre et si je me mets dans un autre lieu, c'est encore « Je » qui est là. Nous devons admettre que « Je » est dans des lieux différents.

Le travail sur la consigne de placer un lieu de conscience a montré qu'il était plus pertinent de proposer « un lieu de conscience » plutôt que « un autre lieu de conscience ». « Autre lieu de conscience » garde la référence à A que « lieu de conscience » n'a plus (tout en conservant le lien avec A). Pour les verbes on peut tester « installer », « créer », « mettre en place », « laisser voyager ta conscience ». Toutes les nuances et tous les cas de figure sont à étudier.

Les essais et les comparaisons entre les effets produits par ces différentes instances nous apprendront beaucoup. Il semble se confirmer qu'avec un dissocié non personnel, le décollage est immédiat. D'où l'importance de ne pas traîner pour lui assigner une mission. Certains ont même posé la question de savoir s'il ne fallait pas la définir avant. Rapidité et légèreté dans les effets des inductions semblent caractériser les dissociés non personnels. De plus cette consigne produit de belles créations (ciel, boule de force, forme gazeuse, chouette omnisciente, figure tutélaire).

Quand B installe un dissocié pour A, il doit penser à lui donner de l'énergie, à l'emmener dans son délire, à repousser les limites le plus loin possible. C'est à cette condition que le dissocié pourra produire des informations sur les perceptions sensorielles les plus fines, les ressentis corporels, la corporéité de A, les relations entre A et son dissocié et tout ce que nous n'avons pas encore imaginé. Il me semble que dans tous les cas, le dissocié est une co-création de A et de B. Où est le pôle de décision au moment de l'installation, du côté de A ou de B ? Les propriétés et les compétences du dissocié sont définies par B au moment de son installation, elles peuvent être définies strictement ou laissées ouvertes, A prend ce qui lui convient, ou pas. Certains ont utilisé un conte ou une métaphore pour l'installer. Une question s'est posée : peut-il évoluer ? Une autre question : dans quel ordre les rassembler à la fin quand il y en a plusieurs ?

## À propos de l'adressage, des effets perlocutoires, des relations de B avec les dissociés

Nous avons tous vécu expérimentalement la nécessité de la précision, de la rigueur et de la clarté du langage de B. B doit être attentif à bien préciser à laquelle des entités il parle. Les effets perlocutoires des effets des mots de A sur B semblent accrus par rapport à ce que nous vivons dans un entretien d'explicitation « classique ». Nous ne savons pas encore assez de choses sur le mode d'adressage au dissocié ; il semble varier en fonction du A. Ce point reste l'objet d'essais, de négociations avec chaque A. Y a-t-il des invariants ? Des adressages meilleurs que d'autres ? Au vue de la variété des cas décrits, nous ne le savons pas encore.

Par les effets perlocutoires de ses mots, B fait exister le dissocié, propose qu'il soit personnel ou non personnel, lui donne une mission et des compétences, on peut dire que le verbe de B est créateur pour A qui va faire exister le dissocié et ses compétences sous l'effet des mots de B (voir rayons X, etc.) comme j'ai fait exister le pont sous l'effet des mots de Pierre dans le rêve éveillé dirigé.

J'énumère les questions qui ont émergé : quelle est la meilleure façon de s'adresser au dissocié, pour A, pour B ? Est-ce que le dissocié doit être sollicité ou est-ce qu'il prend l'initiative d'intervenir ou d'envoyer un message ? Comment A choisit-il son nom ? Faut-il s'adresser directement aux dissociés ? Est-ce irrespectueux de questionner directement le dissocié ? Ne risque-t-il pas de perdre ses pouvoirs sous l'effet de certaines relances de B ? (voir des exemples) Comment B peut-il créer un lien

avec le dissocié de A ? B doit-il utiliser le non verbal et l'accord postural avec les dissociés s'il s'adresse à eux directement ?

Quand je suis B et que je parle de lieu de conscience, ce n'est pas grave si le cerveau gauche de A ne comprend pas ce que je dis, je lance une intention éveillante, et A y va (ou pas). Il est important de ne pas induire dans la relance une posture de réflexion de A sur cette relance, elle doit viser le seul but de lancer une intention éveillante.

Nous sommes à la recherche de règles de déplacement, d'adressage, de cas de figures qui produisent des effets différents en changeant un mot, des mots, nous sommes à la recherche de phrases magiques. Les B ont beaucoup de travail en perspective.

## À propos du consentement

Le thème du consentement est lui aussi un thème important. Nous avons pu mesurer toute son importance dans mon groupe avec un exemple où le consentement de A ne suffisait pas pour installer un dissocié, il fallait aussi celui de toutes les co-identités qui étaient présentes à ce moment-là. Une co-identité un peu trop rationnelle pour cette activité s'est opposée à ce processus « bizarre », il y a eu hésitation, dialogue interne, négociation. Dans ce cas, il aurait fallu demander à A « est-ce que toutes les parties de toi sont d'accord pour accepter la nouvelle dissociée ? ». Nous voyons là qu'il ne suffit pas d'obtenir le consentement de A envers la proposition de B et son intention éveillante mais aussi le consentement de A avec A.

Nous avons observé aussi la résonance et l'amplification du pouvoir d'un mot sur un état de consentement total.

De plus, les dissociés déjà présents doivent accepter l'arrivée d'un nouveau. Nous avons eu un dissocié qui refusait de laisser la place à un autre.

## À propos de l'autonomie

Quels sont les liens entre les différents lieux de conscience ? Un dissocié peut être déjà présent, si c'est une co-identité ou une figure tutélaire ou encore une figure d'autorité déjà connue. Le dissocié peut saisir la scène en plongée, en contre plongée, être complètement moi, ne pas l'être, il peut être télépathe et empathique sans parole, extraterrestre, être comme une ombre, il peut être rebelle, il peut refuser de quitter le lieu quand il a terminé son travail. Quand les dissociés ne veulent pas rentrer, est-ce que c'est parce qu'ils ont encore quelque chose à dire ? Il est bon de leur demander à la fin s'ils ont encore quelque chose à dire avant de leur dire merci pour tout ce qu'ils nous ont apporté.

Quel que soit le dissocié, il s'agit toujours de moi. On découvre qu'il y a beaucoup de types de décentration, décentration par les parties de moi, les autres moi, les co-identités, les lieux de conscience, par les missions, par les points de vue. Par quelles caractéristiques distinguer les différents cas de figure ?

Il est apparu l'importance des croyances et des présupposés de A et de B. L'instance elle, est délestée des croyances, limites, pesanteurs de A, l'instance est libérée, elle doit en être libérée, elle acquiert ainsi beaucoup de liberté et de légèreté. Si ce n'est pas le cas, comment trouver les mots ou la posture qui permettront à A de s'accorder cette liberté et cette légèreté ?

Un groupe s'est intéressé aux perceptions corporelles des dissociés,.

## À propos des erreurs

Les erreurs doivent être relevées, étudiées, elles ont du sens, elles nous informent sur nos techniques. Il est important devant une erreur de se poser les questions « qu'est-ce que B a fait pour que ça marche pas ? » et « qu'est-ce que ça m'apprend ? ».

Si le dissocié ne fait rien, n'apporte rien c'est qu'il n'a pas été mis en place (obtenir le consentement, bien définir la mission, vérifier sa position).

On peut demander au dissocié qui rencontre une difficulté de la laisser de côté. On peut aussi étudier la difficulté et en tirer des enseignements.

Comme dans bien d'autres domaines, il ne faut donc pas avoir peur des erreurs ni chercher à les éviter, elles sont porteuses de connaissances, elles permettent de parfaire la technique et d'alimenter la théorie.

## Et d'autres questions

Y a-t-il eu des entretiens de B de dissociés ? Nous apportent-ils des informations ?

Quelle mémoire est en jeu ? Distinguer ce que nous faisons en explicitation « classique » et ce que nous faisons avec les dissociés où d'autres mémoires sont en jeu. Lesquelles ?

La question de l'adéquation avec le réel se pose-t-elle de la même façon ?

Les actes mentaux sont-ils ceux de l'évocation ? Le vécu avec dissocié est-il différent du vécu de la position d'évocation ? Plusieurs réponses positives ont été données, mais nous ne savons pas encore de quoi est faite la différence entre les deux positions. Cette différence reste à décrire.

## Conclusion

Le thème de la décentration nous est apparu vertigineux, nous avons échangé sur tellement de diversité. Une immensité s'ouvre devant nous. Pourtant des thèmes émergent comme le montre le paragraphe précédent.

Nous avons exploré, essayé, fait des erreurs, corrigé certaines erreurs. Nous avons été confrontés à un grand foisonnement de données, en apparence éparpillées, sur des choses très différentes. Nous avons dit souvent dans le feedback qu'il fallait réécouter, transcrire et regarder de plus près. Pour valider ce qui a été présenté, il faut maintenant dépouiller les enregistrements, les transcrire, les analyser. Chacun va travailler, produire, et peut-être un thème privilégié et rassembleur va apparaître (ou plusieurs) que nous aurons tous envie de travailler. Certes, nous n'en sommes pas tous au même stade d'élaboration ni de disponibilité, mais nous sommes tous demandeurs des questions et des données des autres. Nous pouvons utiliser la liste des adrels de Saint Eble 2012 pour échanger entre nous questions, idées, documents ou autres.

Du côté de la technique, les B ont encore à apprendre et des progrès à faire - il faudra songer à y travailler - sur les effets perlocutoires, sur les formulations de B pour l'installation du dissocié, pour l'obtention du consentement, dans les négociations, dans l'adressage, nous devons regarder très attentivement ce que nous apprennent les erreurs, blocages, déraillements recueillis.

Quelles questions pose ce que nous avons fait cette année ? Lesquelles gardons-nous ? Quelles sont les questions théoriques qui apparaissent ? Et les questions sur la pratique ? Comment est augmentée l'information recueillie ? Pouvons-nous évaluer la valeur pratique de ce que nous faisons ? Nous devons nous intéresser à tout ce qui concerne l'activité de B (mise en place, techniques d'intervention, quand ça marche et quand ça ne marche pas). Nous devons nous faire une idée de ce qu'est un dissocié pour B, de ses caractéristiques, de sa posture. Il nous faut construire des profils de dissociés, des catégories de dissociés. La multiplication des entités ouvrent encore de nouvelles questions.

J'ai beaucoup travaillé l'hiver dernier, sur les protocoles des entretiens avec Claudine où j'étais A, pour écrire les articles parus dans *Expliciter* 94 et 95. Cette connaissance expérientielle et formalisée d'un A et de dissociées de A m'a grandement guidée, en juillet et à l'Université d'Été, pour le choix des relances de B, pour les catégories à questionner et pour la familiarité qu'elle m'a permise d'acquérir avec ce nouvel outillage technique. À Saint Eble j'ai reconnu des questions, j'en ai découvert d'autres, j'ai apprécié le confort d'être sur un chemin déjà pourvu de quelques balises.

Le numéro de janvier 2013 sera consacré aux matériaux de Saint Eble. Chaque groupe est invité à se donner comme tâche de se mettre en projet d'écrire quelque chose pour le 10 janvier, chacun à sa manière et selon ses disponibilités. Nous pouvons laisser voyager notre conscience sur le déroulement de l'Université d'Été, écouter les enregistrements, repérer des thèmes, des exemples, des erreurs instructives, des morceaux d'entretien qui méritent d'être partagés, des événements signifiants ou d'autres entrées encore. Le but est d'avoir suffisamment de matériaux pour nourrir la réflexion, pour faire des rapprochements entre cas exemplaires ou entre situations différentes. Il faut trouver les groupes où les rubriques listées plus haut ont été documentées, il faut aller vers des méta thèmes. L'an prochain, quand nous parlerons de Saint Eble au séminaire de juin, nous pourrions consacrer un temps pour nous mettre en projet d'affiner un thème.

Pour conclure, il me reste à dire quelques mots sur le groupe de co-chercheurs de l'Université d'Été de Saint Eble. Il a ses compétences propres qui se transmettent d'année en année en intégrant les changements au sein du groupe. Comment s'opère ce miracle ? Qu'est-ce que ce processus de co-recherche longuement et patiemment amélioré chaque année ? Nous ne le savons toujours pas, nous le constatons, nous l'utilisons. Le dispositif est simple, les groupes créent et travaillent sans unanimité, en toute liberté, et nous récoltons la richesse de cette diversité. Il nous reste à prolonger le magnifique travail de co-recherche de Saint Eble 2012 par des travaux, productions et publications pour contribuer à la recherche théorique du GREX. Je vous rappelle que *Expliciter* accepte tous les formats d'articles.

Avant de nous quitter et de quitter Saint Eble, nous avons partagé et goûté le plaisir d'avoir travaillé ensemble.

Beaucoup de belles choses  
Beaucoup d'émotions  
Beaucoup de poésie dans les créations imaginaires

# *Témoignage sur le stage de Juillet, dit « niveau 2 » :*

Mon Saint Eble 2012

*Claudine Martinez*

## **L'anté-début**

Tout d'abord, j'avais mis une croix depuis plusieurs mois sur ce stage. Les festivités organisées par les "Folies", association de mon village à Saussines, dans lesquelles Dédé et moi sommes très investis, le rendaient impossible. Les dates se superposaient au début et à la fin de ce stage, sans compter le voyage de 4h environ.

Depuis cette décision difficile pour moi, je découvre plus tard qu'il m'e faut aussi, pour des raisons familiales, renoncer au séminaire de recherche d'été, fin août. L'intervalle juin-novembre est beaucoup trop long. D'où ma motivation pour ré examiner une présence possible à St Eble en juillet. Quand l'impossible est devenu possible ! Il y a de la magie dans le Grex !

Je me mets à écrire peu après mon retour de ce stage pour, en fait garder une mémoire, même peu approfondie de certains moments de ce stage. Je ne me pose pas de questions de construction du texte, de lisibilité. J'écris pour moi et me propose de jouer avec ce qui va me venir, d'écrire avec légèreté, sans me préoccuper de la "complétude", du degré de finesse. Moments de vécus tout à fait nouveaux, questionnant, parfois même déroutant... Flash, fugace<sup>12</sup>, morceaux de puzzle. Je ne sais trop encore ce qui va me venir ?

J'ai vécu des essais insoupçonnés, insoupçonnables.... avec de très belles rencontres dans les entretiens ou exercices. Incroyable comme le Grex se renouvelle ! Encore plus incroyables, les compétences des jeunes recrues. Nos essais dans des St Eble déjà anciens, me paraissent très laborieux par rapport à ce que les jeunes formés savent faire, apparemment sans effort aujourd'hui!... Une très belle dynamique à 30 personnes.

- « Je suis moi ! » ; « je suis moi ! », « je suis moa ! » etc... : un des exercices surprises, prétexte pour attraper des fugaces. Comment est-ce que je le dis ? Que se passe-t-il pour moi, quand je dis cela ? Puisque nous étions invités à jouer (grande nouveauté de ce stage !), j'ai eu envie de faire cet exercice en marchant dans le jardin accompagnée de mon B. Je marchais, c'est vrai, mais quand j'étais trop absorbée, je m'arrêtais, me figeais. Cela a produit pour moi quelque chose de très beau et donc une invitation à le ressaisir plus tard. Un bel apport au niveau des co-identités. Merci à mon B du moment !

---

<sup>12</sup> Le terme de « fugace » ou « pensées secondaires » désignent les pensées de commentaires qui filent de façon rapide et le plus souvent non vues, sous la direction de conscience principale. Le but est d'apprendre à les expliciter ou les faire expliciter.

- « Quelque chose en projet ? Quoi donc ? Tu l'as ? Oui ! Et bien dis : « je le fais ! ». Voilà ! Répète le plusieurs fois. Comment le dis-tu ? Qu'est-ce qui se passe en toi, ou qu'y a-t-il en toi... juste au moment où tu le dis ? Répète le ... Et alors ?....

Et là... surprise ! Je perçois quelque chose en moi, à peine perceptible au début. Je ne l'aurais pas entrevu dans une situation habituelle. Je découvre petit à petit que ce quelque chose se positionne entre un premier écrit déjà existant et la réalisation de ce projet dans le futur. Le travail déjà fait, me plombe, me tire en arrière. Je ne sais pas comment je vais pouvoir poursuivre ! J'ai pris des engagements et alors en imagination, je vois le projet réalisé devant moi (parce qu'il se fera) à une certaine distance. Il est léger, aérien. Mon B m'aide alors à aller attraper un petit quelque chose, qui se manifeste de façon informelle dans mon corps. Il devient une sorte de paquet, de magma, au niveau du plexus et mon B m'aide à le laisser se dilater. C'est un espace gris, où il n'y a rien. Mais rien de rien. Un trou, un intervalle entre le passé (ce qui est déjà fait) et le futur. Pas de piste. C'est le vide entre ce qui est déjà fait et ce qui va se faire. Et tout d'un coup je m'exclame et le trou se remplit : « je vais jouer ! » Je vais lâcher ce « déjà là » qui me plombe et je vais jouer, légère, joyeuse, sans me prendre au sérieux ! Je ne sais pas comment je vais jouer mais l'idée me suffit, me remplit. « Ça va se faire ! » comme ils disent chez nous. Extraordinaire ! En fait, je me rends compte que je viens de vivre un transfert. Le jeu de la situation vécue (l'exercice avec mon B en déambulant dans le jardin) a jailli dans la situation évoquée, imaginée mais réelle. Je verrai si ce sera aussi facile que cela quand je vais me mettre à ce projet ! Je n'ai aucune idée sur le comment je vais jouer, mais je suis confiante et tranquille avec ça.

Les deux exercices cités ci-dessus, au-delà de leur but premier et donc du contenu personnel visé se pratiquent normalement dans un autre cadre, celui du développement personnel. Ici dans ce stage d'explicitation, ils visaient à mettre en place une meilleure conscience des pensées secondaires. Elles sont à la limite de ma conscience, mais elles ont un effet sur moi. Qu'est-ce qui s'y joue là pour moi, à ce moment là quand je dis « je suis moi » ou « je le fais » ? Quel type d'attention ai-je eu pour saisir ce qui s'est passé pour moi quand j'ai prononcé par exemple « je le fais ? Me voilà redevenue sérieuse ! Mais c'est ainsi que ce stage s'est déroulé (du moins dans ma perception).

- « Je te propose, si tu le souhaites, de mettre en place « un autre toi-même », un « autre lieu de conscience » qui pourra décrire tout ce qui se passe...dans ton V2, là où tu es bloquée... » Et puis : « tu prends le temps de sentir où cet autre toi-même va se positionner ?... » etc...

Qu'est-ce que ce discours ? N'est-ce pas plus simple de faire comme d'habitude : « Je te propose, si tu veux bien, de laisser venir un moment etc.... ». Enfin, mettre tout simplement et directement son A en évocation quoa !

Et bien voilà justement une nouvelle recherche dans laquelle Pierre nous a proposé de nous embarquer ! Non seulement, il propose aux stagiaires de faire l'expérience de dissociés mais en plus avec des formulations jamais entendues dans le Grex jusque-là !

- La mise en route du matin. Vous savez, Pierre propose toujours, quand tout le monde est installé en grand rond dans la Bergerie, un moment d'auto-évocation sur un sujet donné, en général sur quelque chose de la veille.

Je n'ai participé qu'à trois débuts de journée, vue mon arrivée et mon départ. Pierre nous a proposé des formules différentes afin d'en explorer les effets. Pierre récidivera certainement fin août ?

« ...Un moment de la journée d'hier... »

« ... Que vous vous **souhaitez** de déplacer **votre lieu de conscience** à un moment de la journée d'hier... »

« ... Je vous propose de **déplacer votre attention** sur la journée d'hier... »

Voilà déjà trois formulations différentes qui ont produit des effets totalement différents. Peut-être que d'autres témoignages viendront ?

Je vais commencer par ce qui s'est passé pour moi avec la troisième formulation (déplacez votre attention), parce que j'ai peu de choses à dire et ce fut très simple.

Ce fut un grand blanc alors j'ai commencé par renommer (retrouver dans ma tête) la journée de la veille, mercredi. J'ai alors réalisé que nous étions jeudi, ce qui m'a fait drôle (déjà! C'était ma dernière ½ journée. J'avais déjà oublié que de bonne heure ce matin, après mon petit déjeuner, je pliais ma tente au camping et remballais tout !).

Ensuite, j'ai pris le fil chronologique à partir du début de la matinée et j'ai évoqué très rapidement : mon départ du camping, la récupération de mon glaçon à l'accueil, le co-voiturage avec Maryse. Comme si j'avais besoin de retrouver ce démarrage de journée pour accéder à son contenu dans le stage ! Puis j'ai cherché les trios avec lesquels j'avais travaillé. J'ai donc cherché en structure avant que du contenu ne se donne à moi. Puis m'est venu le démarrage de la journée avec le premier exercice avec la formulation « lieu de conscience ». Je revisite avec une dominante visuelle les deux séquences avec le premier trio puis celui de l'après-midi. L'ensemble a été une sorte de survol qui me permettait après de m'arrêter plus ou de revenir sur un moment ou un autre.

- Par contre avec la deuxième formulation de Pierre, c'est une toute autre histoire ! Mon attention n'a rien fait du début de la phrase, l'ai-je vraiment entendue ? (...que vous vous souhaitiez...). « Bon !... pourquoi pas ! Mais l'énoncé « *votre lieu de conscience* » m'a de suite accrochée, puis emmenée en évocation d'une toute autre façon que l'énoncé habituel du type : « je vous propose si vous voulez bien, de laisser revenir un moment de la journée d'hier ». J'ai obtenu des informations sur les effets produits par cet énoncé à la fois dans plusieurs séquences. D'abord avec le moment de mise en auto-évocation qui a suivi, puis dans le feed-back collectif qui a suivi, quand j'écoutais les retours des autres stagiaires. Certains propos réveillaient des choses restées cachées en moi. Mais l'essentiel a émergé dans l'entretien du lendemain, conduit par Dynèle, en bas dans le garage.

Voici un condensé de ces différentes informations :

*"... Quand j'entends la formulation de Pierre, là assise dans le grand groupe, mon attention s'attache à « un autre lieu de conscience sur un moment d'hier », mais surtout à l'expression « un autre lieu de conscience ».*

*Et là, dans ma tête, il se passait des choses, enfin des choses qui voulaient venir pour dire : c'est bizarre ce mot, ça ne m'est pas familier... et puis il y a eu comme « stop, stop, pas de questions, ni de réflexions pour agir dessus, tu te le dis et tu fais l'expérience de ce qui peut venir, c'est tout ! ». Et cet autre lieu de conscience était déjà là. Je l'ai perçu comme quelque chose qui filait sur mon côté gauche vers l'arrière (hier). J'étais déjà (comme) en évocation. C'était matérialisé, une sorte de courant d'air, comme une nébuleuse, mais sans lumière. En gros pour la décrire, elle est longue de 60cm sur 15cm hauteur environ et elle file très vite. Moi, je restais à ma place, mon corps se dilatait de l'intérieur, un grand espace intérieur, laissant la place à mon moi profond : « prends le temps, ne te précipite pas... ».*

*Et c'était très tranquille, très calme. Il n'y avait aucune crispation, aucune inquiétude du type « je ne vais pas y arriver... » comme j'ai tendance à le vivre avec l'évocation classique. ...Et en même temps, me dire « y a rien mais ne te précipite pas ! ». D'habitude ça m'inquiète, mais « reste tranquille et prends le temps de laisser venir ». Y avait une grande tranquillité et confiance. Et donc « O.K. y a rien ! »*

*Là, ça s'est ouvert grand et l'autre là, il fuyait vers hier. C'est comme si, moi je restais là, sur ma chaise, intègre. C'est drôle ce mot !... ça m'a fait bizarre, mais je crois qu'il*

*est important. Je restais intègre et c'est un autre qui partait là-bas, cet autre lieu de conscience ! Et ça me fait du bien que cet autre lieu de conscience me laisse moi, ici sur ma chaise. Ça me fait du bien que les deux soient séparés. Je crois que cela a une grande importance, mais ne peut en dire plus pour l'instant.*

*Cela a donc provoqué un tout autre geste intérieur que celui de la mise en évocation comme nous avons l'habitude de le faire. Dans le cas habituel, j'ai un geste intérieur, où c'est moi qui me tourne vers mon intérieur et me tourne vers le moment. Une sorte de plongée intérieure qui descend dans ma poitrine, à l'arrière de mon sternum.*

*Le lieu de conscience qui part, a la mission de retrouver hier. Non, ce n'est pas « retrouver » ni « laisser revenir », c'est lui qui va donner les choses et dans un premier temps, c'est le rien.*

*Dans la consigne de Pierre, il a dit « un moment d'hier » et moi, j'ai tout de suite senti que ça ne pourrait pas faire, mais ça ne me dérangeait pas. Je me suis dit « je laisse faire », mais comme il n'y avait rien, il y a eu comme une nécessité d'essayer de visiter en déroulant le fil chronologique. Donc tant pis pour "le moment", je fais comme ça vient et comme je sens que j'ai besoin que cela se passe. Donc j'ai laissé faire ce qui était en train de se faire. « Comme je sens que j'ai besoin que cela se passe » : cela renvoie à un mouvement intérieur. J'avais décidé de prendre le temps, de lâcher prise. C'est un grand lâcher prise, une grande ouverture qui m'ont envahie et ça aussi c'est différent.*

*Et je me retrouvais complètement, moi en attente, en attention flottante, en visée à vide... Voilà, c'est ça : la visée à vide ! C'est le mot ! C'est cette visée à vide qui voit tout ce gris, qu'il n'y a rien, et la petite voix qui dit : » et ben voilà, laisse faire, prends le temps, ne fais rien, laisse venir.*

*Quand je fais rien<sup>13</sup>, que je laisse venir, c'est très ouvert, c'est très grand... il y a tout le poids du corps qui appuie mais ce n'est pas lourd. C'est un rien qui remplit... qui remplit, qui est plein,*

*mais y a rien d'accessible et je ne sais pas encore que c'est plein, qu'il n'y a rien d'accessible. Ce que je sais, c'est que je suis bien et je laisse faire.*

*... Il y a un ressenti qui fait que tout le corps... c'est comme si, il était autour de quelque chose... avec une tension, mais pas une tension négative, une tension... une tenue... mais c'est cette énergie qui tient tout et c'est une seule et même énergie qui est là, qui maintient... qui maintient comme quelque chose d'enveloppant, voilà ! Comme si mon corps était enveloppant avec une grosse bulle au milieu, pas vraiment la forme d'une bulle ! Moi, je suis au milieu avec ce gris. Et ce truc intérieur est très adhérent à ce qui est enveloppant...".*

- Autre information liée à la mise en place d'une dissociée :

*"... Je suis dans la Claudine qui est installée avec les choses qui lui viennent. Quand je suis dans cette Claudine avec les choses qui lui viennent, c'est comme si l'autre<sup>14</sup> était évanescence, je ne sais pas où elle est partie. Elle est active mais plus perceptible. Les choses viennent dans Claudine et ce sont les choses de son évocation, ce gris, ce témoin qui questionne, les choses qui sortent du gris dans le désordre et je ne sais pas quand ils sont... le témoin<sup>15</sup>, lui continue son activité...*

<sup>13</sup> C'est volontaire que je ne mets pas la négation "je ne fais rien". C'est ainsi que les gens parlent dans le sud, mais je trouve que cela convient très bien dans le cas présent.

<sup>14</sup> La dissociée

<sup>15</sup> Claudine avait presque tout le temps un témoin : il lui est intérieur, quelque part dans sa tête et pose des questions. Cf. le texte complet en annexe 1. Il existe en plus des dissociées.

Deux mots sur ce qui s'est passé quand Dynèle m'a proposée à la fin de l'entretien de me rassembler. J'ai vécu quelque chose que je connaissais déjà mais sans l'identifier de suite. C'est un vécu qui se situe à la fin des séquences de relaxation/méditation au Yoga ou à la fin des séances de Feldenkrais. Difficile de mettre des mots sur ce ressenti. C'est tout dans le corps, comme si je le réinvestissais. Je suis toute dans mon corps en terme de sensations internes, kinesthésiques. Ça circule de haut en bas et de bas en haut, de partout. Je ne suis que dedans, coupée de l'extérieur, puis mon attention peut à nouveau aller vers l'extérieur, la pièce où je suis et mes partenaires et je peux reprendre la vie de relation.

J'ai une question qui m'est venue avec les expériences menées pour attraper, saisir des "fugaces", des pensées secondaires. Je crois qu'il s'agit de prise de conscience particulières et différentes de ce que nous avons jusque là décrit comme "pré-réfléchi venant à la conscience réfléchie". Quand nous accédons à du pré-réfléchi, nous reconnaissons que cela a existé, et que cela s'est bien passé, tel que cela nous apparaît à la prise de conscience. Cela me semble aussi différent du "champ de pré donation" que Pierre a illustré avec l'exemple du son de la motocyclette. Or là, quelque chose pré existe sur laquelle nous n'avons quasiment pas d'information, aucune conscience, même en actes. C'est un petit quelque chose dans le corps par exemple ou (?...) et quand nous réussissons à l'attraper, à le déplier, le déployer, c'est une totale et étonnante découverte. Il n'y a pas de reconnaissance, mais un critère interne nous dit que c'est "juste", que ce n'est pas une construction à postériori! Je n'avais jamais vécu cela auparavant et c'est encore plus époustouflant que les prises de conscience de données pré réfléchies. Maryse nous a donné un exemple avec "son état de B" quand elle est intervenue auprès de Pierre dans le séminaire de décembre dernier (Cf. Expliciter n° 94). Ce fut une réelle découverte.

- Dans la suite du stage, Pierre a proposé l'exercice de l'alignement des Niveaux Logiques (ou échelle) de Robert Dilts<sup>16</sup> afin que chacun clarifie **le sens que la pratique des dissociés a pour lui dans l'explicitation**. Refaire l'Echelle de Dilts m'intéresse toujours puisque le but poursuivi n'est jamais le même. Je fais toujours des découvertes. Il s'agissait de prendre comme situation de départ, un moment où chacun avait guidé un A pour mettre en place un dissocié. Comment se fait l'alignement pour chacun de nous quand nous mettons en œuvre des dissociés ? C'est un exercice où l'on ne s'étale pas, où l'on va à l'essentiel avec peu de mots dès que l'on décolle de la description du vécu (contexte, compétences). "Qu'est-ce que tu crois quand ....? ... Qu'est-ce qui est important pour toi quand..." Ou "qui es-tu quand ...?"... etc.... Et il faut enchaîner sans traîner pour le B tout en reprenant très fidèlement les mots du A à chaque niveau.

J'ai pu revoir certains points techniques qui ne m'étaient pas évidents comme le sens de la marche à la montée et à la descente. La montée en marche arrière permet au A de ne pas perdre de vue son point de départ, sa situation incarnée. Cela ne m'a pas empêchée au début de ma descente de me mettre face à la mission. Je le sentais ainsi! Puis effectivement, j'ai eu besoin de me retourner au moment des compétences et de la suite pour leur faire face dans le futur à venir, car la descente permet de construire d'ouvrir des perspectives.

J'ai pu constater aussi que l'exploration de ce moment dans ce stage a fait bouger des choses pour moi à l'étage des croyances/valeurs et aussi de l'identité. En soulignant ce spécifique en

---

<sup>16</sup> Il s'agit d'un exercice de la PNL. Schématiquement, toutes les actions et pensées du sujet s'organisent en 6 niveaux d'expérience ou niveaux logiques différents. Ces derniers vont du plus externe au plus interne et profond pour le sujet : le contexte, les comportements ou actes, les compétences, les croyances et valeurs, l'identité, la mission. Ces niveaux sont organisés au sol selon une échelle. Le B s'aidant des techniques d'explicitation fait explorer à son A une situation vécue à chacun de ces niveaux, dans un premier temps dans le sens de la montée (du plus externe au plus interne) puis arrivé en haut, à la mission, le B fait redescendre A vers le contexte à la lumière de tous les éléments apparus à la montée.

gras, je pense en particulier à la composante de **jeu** que Pierre a mis très souvent en avant. « Jouez... allez-y... ». J'ai retrouvé des effets à ces niveaux de l'échelle de Dilts parce qu'elle rentrait fortement en résonance avec des choses importantes, récentes et nouvelles pour moi. Ce fut donc une prise de conscience.

Autre petit point technique : j'avais un peu oublié la nécessité à la fin, quand mon A a terminé sa descente de l'écartier sur le côté pour lui faire regarder l'aller et retour qu'il vient de faire et lui demander s'il a appris quelque chose ?

- J'ai presque tout le temps oublié que nous étions dans un stage de formation. Certes Pierre était aux aguets, prenait le temps de reformuler certaines données de bases lors des feed-back, mais dans les mises en situation, c'était comme si, je me retrouvais dans notre St Eble de fin août.... Le même goût de partir dans des aventures inédites, un peu « folles » sans se censurer, avec la curiosité et l'envie de découvrir de nouvelles façons de procéder et le lâcher prise nécessaire pour les explorer.

J'y ai retrouvé la même façon très cool de l'animateur pour conduire le déroulement de ce stage comme il y a deux ans (Cf. Expliciter n°86, Octobre 2010) mais avec quelque chose de différent, de plus : de la joie, de la gaieté. Non pas que les stages antérieurs étaient tristes, mais cette fois, Pierre était très enjoué et nous sentions bien qu'il jouait et qu'il nous invitait à jouer. Génial !

Une remarque à propos de l'écriture de ce texte.

Je reviens sur le point de départ de cette écriture. Je n'avais aucune intention de publication. Ecrire pour moi-même afin de fixer certains moments intenses de mon vécu. C'était aussi une façon d'en prolonger les effets, de continuer à le goûter. De ce fait, j'étais complètement libre et encore dans une ambiance de jeu, m'autorisant à laisser les choses s'écrire comme elles m'arrivaient, sans chercher à expliquer, sans chercher à construire, si ce n'est un certain fil chronologique. C'était léger, tranquille, agréable et les mots glissaient les uns à la suite des autres dans un flux continu. Je n'ai donc pas cherché à faire un compte-rendu exhaustif de ce stage et je me suis faite plaisir.

Une fois terminé, j'ai eu envie de le partager avec quelques complices du Grex. Vous devinez ce qui s'est passé ensuite ! Je l'ai donc repris, relu mais je n'ai changé que très peu de choses. Relire me replongeait dans ces moments, du coup certains points s'affinaient, se complétaient, mais assez peu. Ou bien les mots que je lisais ne me semblaient pas tout à fait adéquats et d'autres émergeaient plus justes, plus pertinents à ce qui voulait se dire. Cette fois, l'écriture était faite pour être lue ce qui m'a demandée d'ajuster un peu pour une meilleure compréhension du lecteur. A votre tour de vous laisser faire par une envie d'écrire, de fixer certaines choses pour le plaisir de les goûter à nouveau.

## Annexe 1

Voici le texte intégral des informations fournies par A (Claudine) lors de l'entretien conduit par Dynèle (B) le mercredi matin devant Olivier (C). Claudine évoque le moment de la veille au matin où Pierre avait donné une consigne très particulière pour partir en auto-évocation, sur un moment de la veille : « *autre lieu de conscience* ». Elles sont transcrites dans l'ordre de leur apparition. N'apparaît pas l'accompagnement de Dynèle, son B qui fut extra<sup>17</sup>. Durée de l'Ede : 22mn

*"Je demande à Dynèle de me donner l'intention éveillante de départ en utilisant la for-*

<sup>17</sup> Je n'ai transcrit que ce dont j'avais besoin pour moi, pour faire le point. Je ne suis pas dans un article de recherche. Mais il est évident que les informations sont obtenues grâce à l'accompagnement de mon B et aussi grâce à la mise en place d'une dissociée.

mule « un autre lieu de conscience ». Et après échanges l'accord se fait sur la formulation : « Un autre toi-même ».

"Je te propose de placer un autre toi-même où bon te semble..."

Il se met, avec sa mission, sur la chaise que j'occupais ce matin avec Eric à ma gauche et Vittoria à ma droite et il voit Pierre avec l'angle que j'avais effectivement.

Ce qui me fait du bien c'est que cet autre moi-même s'assied là-haut sur cette chaise et me laisse moi, ici.

Ca me fait du bien que les deux soient séparés. Je crois que cela a une grande importance. Cela m'est déjà venu ce matin quand j'ai laissé revenir ce qui se passait pour moi, quand je me donnais la consigne qu'a donnée Pierre, à savoir « laisser aller un lieu de conscience dans un moment d'hier », il s'est passé des choses.

Intérieurement, il y a comme quelque chose qui fuyait qui filait, qui filait vers hier, oui c'était sur ma gauche, moi qui restais sur ma chaise. J'avais comme un espace intérieur très grand alors que quand je m'envoie en évocation, ce n'est pas du tout ça ! Et c'était très tranquille, très calme. Il n'y avait aucune crispation, aucune inquiétude du type « je ne vais pas y arriver... », juste l'élément qui venait .

(En venant directement là, j'ai laissé de côté les effets de la consigne de Pierre.)

C'est ce qui s'est passé vraiment quand j'ai commencé le travail. Mais en fait, je l'ai découvert qu'après ma prise de parole dans le groupe ce matin, quand Pierre a demandé je ne sais plus à qui, « comment ça se passe dans ton corps » ou quelque chose comme ça. Et là, ah ! J'ai dit voilà ! C'était ça ! C'est-à-dire que là ça s'est ouvert grand et l'autre là, il fuyait vers hier. C'est comme si, moi je restais là, sur ma chaise intègre. C'est drôle ce mot ça m'a fait bizarre, mais je crois que c'est important. Je restais intègre et c'est un autre qui partait là-bas, cet autre lieu de conscience.

C'était hier, et j'étais tranquille de ça !

Et dans un premier temps hier, il n'y avait rien. Il a fallu que je commence par me dire « ah ben oui, c'était mardi ». Il n'y avait toujours rien. Et là, je me suis un peu dirigée quand même, oui, c'est ça ! Et me dire attends comme ça a commencé, parce qu'il n'y avait rien.

Et en même temps, me dire y'a rien mais ne te précipite pas. D'habitude ça m'inquiète, mais reste tranquille et prends le temps de laisser venir. Y avait une grande tranquillité et confiance. Et donc O.K. y a rien !

Alors je me suis posée la question : « est-ce que tu peux voir comment ça a commencé ? »

Et là, commençait à sortir de ce ... comment dire ? Brouillard, gris, masse... c'est léger, c'est tout gris... A commencé à émerger la vision de mon arrivée. Vous étiez tous assis donc on était en retard, oui ! C'était bien hier matin. Me venaient des images en vrac. M'est venue d'abord des images du trio, mais je ne savais pas quand il était, puis du duo et après je me suis questionnée pour faire dérouler, pour voir ce qu'il y avait dans le matin.

Oui, là, il y a un témoin dans la Claudine qui est assise sur la chaise. Un témoin qui questionne.

Une fois que ce témoin questionne. Attends c'est confus.

Le lieu de conscience qui part, a la mission de retrouver hier. Non, c'est pas « retrouver » ni « laisser revenir », c'est lui qui va donner les choses et dans un premier temps, c'est le rien.

Il a fait un mouvement au tout début et après, il est comme fixé. Et donc un peu bloquant là, maintenant.

De le ramener au-dessus de celle qui est assise là-haut<sup>18</sup>. (C'est bizarre !).

En quelque sorte, ce qui s'est passé c'est que il y a ce moment qui s'est fait de cet « autre

<sup>18</sup> En fait, nous étions installés pour cet Ede dans le garage, donc un étage au-dessous de la salle.

lieu » qui s'est passé hier, y'a la Claudine qui s'est installée dans la chaise là-haut. La Claudine de l'instant présent (de cet entretien) est là installée dans ce sous sol avec Dynèle. Et je suis dans la Claudine qui est installée là, avec les choses qui lui viennent. Quand je suis dans cette Claudine avec les choses qui lui viennent, c'est comme si l'autre était évanescence, je ne sais pas où elle est partie. Elle est active mais plus perceptible. Les choses viennent dans Claudine et ce sont les choses de son évocation, ce gris, ce témoin qui questionne, les choses qui sortent du gris dans le désordre et je ne sais pas quand ils sont... le témoin qui continue son activité : « mais le matin y'avait quoi ? Non y'a pas eu d'exercice ! Donc s'il n'y a pas eu d'exercices qu'est-ce qu'il y a eu ? »... Les choses se remplissent comme ça...

Alors, j'ai fait dérouler. Faut dire que dans la consigne de Pierre, il a dit « un moment d'hier » et moi, j'ai tout de suite senti que ça ne pourrait pas faire, mais ça ne me dérangeait pas. J'ai dit « je laisse faire, mais comme il n'y avait rien, il y a eu comme une nécessité d'essayer de visiter en déroulant le fil chronologique. Donc tant pis pour le moment, je fais comme ça vient et comme je sens que j'ai besoin que cela se passe. Donc j'ai laissé faire ce qui était en train de se faire.

« Comme je sens que j'ai besoin que cela se passe » : c'est un mouvement de l'intérieur. J'avais décidé de prendre le temps, de lâcher prise. C'est un grand lâcher prise une grande ouverture. Et je sais comment ça marche, ce n'est pas linéaire, ça vient dans le désordre, ça vient dans tous les sens et à un moment donné ça s'ordonne. Je le sais. Là je n'y pense pas, mais comme je le sais cela ne m'inquiète pas.

C'est comme si, cela tournait. C'est gris puis petit à petit ça se dessine, c'est comme quand quand... tu es dans le noir tu ne vois rien, puis tes yeux s'habituent un peu, tu commences à voir des formes puis les traits se dessinent puis tu vois les visages, puis tu vois la lumière et puis ça s'éclaircit et puis tu vois les personnages. Tu vois la scène qui s'éclaircit qui devient nette. C'est un petit peu comme ça que ça sort de ce gris qui est à l'intérieur de moi. C'est intérieur à mon être, comme si je n'avais plus de tête et de corps. Mais il y a une enveloppe... c'est un tout et c'est dedans. Et ça se passe comme ça quand je tourne mon attention vers mon intérieur. Là, ça s'est fait très tranquillement. J'ai l'impression que le lâcher-prise était plus grand que quand je me mets en évocation. Quand les autres ont parlé de liberté dans le grand groupe du matin, ça résonnait bien pour moi. Je crois que le maître mot est le lâcher-prise. Je crois que cela m'a permis d'accueillir sans réaction, cette expression de « lieu de conscience », qui m'a étonnée (je me suis dit oh, ça me faisait un peu barbare, c'était bizarre) mais je me suis interdite d'agir dessus (parce que je me connais !) et de me dire : « tu prononce ces mots et tu laisses faire ». C'est là qu'il y a eu ce mouvement et c'est là que j'ai senti ce calme.

... Juste avant le lâcher prise : ce lieu de conscience, il était déjà extérieur à moi et déjà là, juste avant que le mouvement s'amorce et dans ma tête, il se passait des choses, enfin des choses qui voulaient venir pour dire : c'est bizarre ce mot, ça ne m'est pas familier, et puis il y a eu comme « stop, stop, n'agis pas dessus, tu le dis et tu fais l'expérience ».

... Juste un peu après : ça part vite et moi, je suis là, dans ma chaise là-haut. Et donc, il y a cette chose qui m'apparaît extérieure à moi qui se passe et moi qui reste toute entière complètement là. C'est étrange ! C'était quelque chose qui était bien par rapport à l'évocation ! Et je me retrouvais complètement, moi en attente, en attention flottante, en visée à vide... Voilà, c'est ça ! La visée à vide ! C'est le mot ! C'est cette visée à vide qui voit tout ce gris, il n'y a rien. Et il y a la petite voix qui dit : » et ben voilà, laisse faire, prends le temps, ne fais rien, laisse venir.

Quand je fais rien, que je laisse venir, c'est très ouvert, c'est très grand... Il y a tout le poids du corps qui appuie. Ce n'est pas lourd. C'est un rien qui remplit... qui remplit, qui est plein, mais y a rien d'accessible, mais je ne sais pas encore que c'est plein et qu'il n'y a rien d'accessible. Ce que je sais, c'est que je suis bien et je laisse faire.

*Il y a une énergie effectivement qui est... comment dire ?... J'ai pas les mots... je sens quelque chose qui fait que c'est bien que c'est comme ça... qui fait que tout le corps... La posture... Les mots ne me plaisent pas... Il y a un ressenti qui fait que tout le corps, c'est comme si... il était autour de quelque chose... avec une tension, mais pas une tension négative, une tension... une tenue... mais c'est cette énergie qui tient tout et c'est une seule et même énergie qui est là, qui maintient... qui maintient comme quelque chose d'enveloppant, voilà ! Comme si mon corps était enveloppant avec une grosse bulle au milieu, pas vraiment la forme d'une bulle. Moi, je suis au milieu avec ce gris. Et ce truc intérieur est très adhérent à ce qui est enveloppant.*

*Mon retour fut très bien accompagné par Dynèle et tout en douceur, je sens mon corps revenir à sa forme initiale ".*

*J'ai effectivement senti mon corps diminuer de volume, reprendre contact avec la chaise etc... Cela s'est fait par une "perception corporelle intérieure".*

Merci à Dynèle et Olivier pour leur accompagnement



# *Autour d'un changement de consigne*

## *« déplacez votre lieu de conscience » ...*

*Pierre Vermersch*

### **Introduction**

Dans cet article, je voudrais réfléchir à partir du témoignage des effets produit sur des stagiaires d'un changement de consigne lors d'un exercice en grand groupe que je propose de façon assez habituelle le matin pour commencer la journée. Je suis passé de l'induction habituelle propre à l'évocation : « de laisser revenir un moment de la journée d'hier » à « déplacer votre lieu de conscience à un moment de la journée d'hier ».

Je voudrais vous relater comment j'en suis venu à imaginer cette nouvelle consigne et comment cela raccorde avec la problématique théorique de la possibilité de mise en place des dissociés. Puis ensuite analyser les effets de cette consigne à partir de quelques témoignages écrits. Pour faire cette analyse, je vais être conduit à faire un détour pour me poser la question : « qu'est-ce que décrire la conscience dans l'objectif de comparer des vécus différents » ? et même encore plus en amont : « quels sont les liens entre l'explicitation et les théories de la conscience » ?

Tout tourne autour de la compréhension de la conscience, il me faut donc au préalable rappeler le lien entre pratiques de l'explicitation et théories de la conscience, ou plus généralement du rôle du thème de la conscience comme sous-tendant l'efficacité, la compréhension, le sens des outils d'aide à l'explicitation. Ceci me conduira à développer le thème des propriétés subjectives qualitatives de la conscience, en privilégiant la description des qualités de la conscience et en particulier de la spatialisation du point d'origine des vécus de conscience, mais pas seulement.

Disposant de ces repères, je pourrais alors faire le récit des circonstances de la mise en place d'une nouvelle consigne et souligner l'hypothèse qui m'a inspiré pour le faire.

Pour finir, je vous présenterai des extraits des témoignages écrits (mails) qui décrivent les vécus de conscience associés à cette nouvelle consigne et les contrastes possibles avec les propriétés des vécus associés aux vécus d'induction classique d'évocation.

Vous l'avez compris, cet article est un pur prétexte à réfléchir ... n'y cherchez pas une théorie achevée ou une étude exemplaire ... juste un petit bout de « tempête mentale » ... (brain storming) à partager avec vous.

### **Entretien d'explicitation et conscience**

L'intérêt pour le thème de la conscience et de son articulation avec la pratique me vient de ma formation universitaire à Aix en Provence en particulier de mon initiation à la lecture de Piaget : lois de la prise de conscience progressant de la périphérie vers le centre, ou encore du primat du « positif » (information perceptive sur le donné) à l'information « négative » (c'est-à-dire information pertinente par son absence : qu'est-ce qui manque ? Qu'est-ce que ça n'est pas ?), mais encore la notion essentielle que l'on ne trouve pas chez Husserl, celle de « réfléchissement » ou « d'acte réfléchissant » par opposition aux actes de réflexion. Réfléchissement comme désignant les actes qui font passer de la conscience en acte à la conscience réfléchie, et qui sont donc essentiels à la pratique de la mise en mots des vécus passés que représente l'explicitation.

Puis, avec la mise au point de l'entretien d'explicitation et la possibilité de recueillir des données subjectives suivant un point de vue en première personne, ce sont les théories phénoménologiques de la conscience à partir de l'oeuvre d'Husserl qui m'ont beaucoup apporté pour :

- Faire la distinction entre acte et contenu, entre noème et noèse, ce qui nous a permis de questionner les actes d'explicitation développés en V2 dans un entretien en V3, et de comprendre comment dissocier les deux dans le questionnement.

- En utilisant le modèle de la conscience comme « flèche intentionnelle » cela nous permet de distinguer le but, donc le contenu visé ; l'acte qui le vise perceptif ou/raisonnement ; la modulation de cette visée par l'attention ; le viseur (le pôle égoïque, l'archet), et ce dans quoi s'inscrit la visée donc le contexte au sens temporel comme spatial ou sémantique. Ce modèle est très utile pour orienter délibérément les feedbacks qui suivent les exercices : est-ce que je sollicite un retour sur le contenu (qu'est-ce que j'ai vécu dans mon vécu de référence) ? Sur la manière de s'y prendre (comment je me rappelle de ce vécu, les actes) ? Sur qui je suis quand je le fais (le pôle égoïque) ? Sur de quelle manière est-ce qu'ai fait attention ?

- Enfin, il faut souligner la distinction essentielle, géniale, très productive, de distinguer la conscience pré réfléchie synonyme de conscience directe ou conscience en acte de la conscience réfléchie. Cette distinction ouvre à la compréhension des conditions de son accès possible, donnant l'ouverture technique pour ne pas confondre oublié et pré réfléchi ; ne pas confondre inconscient et pré réfléchi ; de comprendre que la verbalisation repose sur le réfléchissement condition de passage à la conscience réfléchie,

- Husserl a ainsi ouvert une distinction dans le concept d'inconscient qui au lieu de n'être conçu que comme produit de la censure, de la rétraction, de la coupure, devient simplement un concept de passivité au sens où l'inconscient phénoménologique contient tout ce qui m'a affecté, que j'en ai été réflexivement conscient ou non, tout ce qui est sédimenté, et qui peut être éveillé à nouveau par des chocs associatifs de similarité ou de contiguïté.

- Le lien indéfectible entre conscience et mémoire, il n'y a pas de conscience sans maintien en prise d'un contenu (sans rétention, sans conservation, sans permanence) dans le temps ; si la mémorisation et le rappel disparaissent, la mémoire disparaît et il n'y a plus de conscience que très limitée ;

- Le lien obligatoire entre conscience réfléchie et sémiologie, il n'y a de conscience réfléchie qu'à partir de la distinction entre référent et représentant, donc la conscience réfléchie est toujours liée au fait de se représenter.

- L'attention comme modulation dynamique de la conscience, pas comme propriété distincte de la conscience.

Comme je l'esquisse là, les liens entre théorie phénoménologique de la conscience et la pratique de l'introspection qui préside à l'activité d'explicitation de son vécu passé sont nombreux et fondamentaux pour introduire de l'intelligibilité dans la compréhension des pratiques.

L'étape suivante est de pouvoir rendre compte de ce que nous demandons à la conscience quand nous pratiquons l'utilisation de la décentration par la mise en place de toutes les formes de dissociation, par les différentes pratiques de mise en place ou de convocation d'autres instances de moi : par exemple :

- Par la mise en place d'un témoin (forme de dédoublement conservée par une présence réflexive concomitante à l'action) ;

- Par l'appel à des co identités propres à la personne manifestant la variation et donc la multiplicité des pôles égoïques (ce n'est plus un dédoublement, mais plutôt la présentification, la mise à l'actualité d'un autre moi-même, qui se substitue,);

- Par la mobilisation de sub personnalités pré définies standards (le critique, le parent, le rêveur, le râleur, etc) , convocables a priori comme si elles existaient chez tout le monde également ;

- Par la mise en place enfin de dissociés comme figures libres d'une autre conscience, ou encore par l'installation d'autres lieux de conscience que celui auquel je suis associé normalement (moi, sur ma chaise d'interviewé en position de A).

Dans la pratique des dissociés une des propriétés fascinante c'est la spatialisation de la conscience, mais pas que. Pour aborder ces points, il faut ouvrir d'autres modes de description de la conscience.

### **La conscience décrite par ses qualités phénoménales.**

Le point de départ contingent qui m'a conduit à la prise de conscience de ce mode d'approche descriptif de la conscience est une discussion avec Eric, où à la suite de son propre travail de réflexion universitaire, il proposait d'explorer l'intérêt pour une mise en comparaison entre des expériences ENOC, (Expérience Non Ordinaires de Conscience) et les expériences de mise en place des dissociés

ou tout simplement l'expérience d'évocation d'un moment passé. Je rechignais avec cette comparaison pour le motif que je crois qu'il faut -pour le moment, en tous les cas- éviter de se référer à des expériences exceptionnelles, dont la prise en compte tend à rendre idiot du fait même de leur côté extraordinaires, et que bien au contraire il faut rester dans l'ordinaire en cherchant à le connaître, à le reconnaître, à le préciser et en montrant qu'il est bien plus vaste que ce qu'une conception négligente de l'« ordinaire » tendrait à limiter.

En fait, il me semble qu'il faut remettre en cause le concept de « conscience ordinaire » (qualifiée par resseusement ainsi par opposition à NOC non ordinaire), pour lui remplacer le concept de conscience tout court, et la nécessité d'apprendre à décrire les types de conscience à chaque moment de la vie.

Le concept « d'ordinaire », « d'habituel », rend aveugle, comme celui de « naturel » chez Husserl, rend aveugle au fait qu'il n'y a là qu'une unité vague, dont on ne peut se contenter, parce que l'on n'a pas décrit les variétés de la conscience de chaque moment de la vie et que du coup on se laisse fasciner par l'extraordinaire, qui n'est peut être pas extraordinaire mais juste inhabituel ! Il me semble intéressant, passionnant même de se placer juste dans le prolongement, l'amplification, la distinction mieux contrastée, de toutes les qualités de conscience que nous parcourons dans une journée, dans une vie. Partons des expériences de vie, ni ordinaires, ni extraordinaires, juste effectivement vécues. Parce qu'on est pas en contact avec ses vécus, parce qu'on néglige la vraie description élémentaire, parce que la prise en compte des actes ou du contenu fait que l'on échappe au travail de description du plus évident, du plus transparent : la conscience !

Donc le premier travail serait de se tourner vers des exemples de la vie habituelle (hors stage ou autre activité spéciale) pour décrire, et se faisant construire une typologie de descripteur permettant de différencier les consciences. Imaginez déjà à quel point la liste des activités suivantes peut impliquer des qualités de conscience différentes !

1. Être en relation avec différentes personnes connues ou pas,
2. Avoir une activité fine, peinture, tai chi, escalade, sculpture,
3. Méditer, prier, se relaxer, évoquer
4. Conduire une auto, un engin, un ...
5. Rêver, être entre deux eaux dans le sommeil, s'éveiller, s'endormir, ne pas pouvoir s'endormir,
6. Avoir mal,
7. Jouir,
8. Être ému, être envahi par une émotion,
9. Être arrêté, être convoqué, juger, évaluer, ordonner, obéir, enseigner,
10. Créer, imaginer, rêvasser
11. Et tellement d'autres formes d'expériences et de consciences ...

### **Décrire la conscience ? Comment ?**

Mais arrivé à ce point, une question méthodologique nouvelle se pose : qu'est-ce que décrire la conscience ?

Dans les paragraphes précédents, je viens juste de faire une liste de situations expérientielles différentes, ce n'est pas une description de la conscience, tout au plus un aide-mémoire pour lister des cas de figures différents, dont chacun devrait être exploré. Auparavant, j'avais signalé les analyses phénoménologiques de la conscience, la différence entre pré-réfléchi et réfléchi par exemple, ou le modèle de la conscience comme flèche intentionnelle.

Mais ce sont des catégories conceptuelles qui caractérisent plutôt les éléments de la structure de la conscience.

Cela ne répond toujours pas à ma recherche de descripteurs de la conscience.

De là, j'ai commencé à réfléchir à un moyen de décrire la conscience qui offre des catégories utilisables pour toute expérience et qui puisse permettre de les comparer, non pas du point de vue du contenu ou de l'acte mais avec la prise en compte d'autres propriétés apparemment plus superficielles, comme la localisation de l'origine de la flèche intentionnelle ; la forme du volume que contient la visée ; la forme de luminosité ou de couleur ou de transparence ; le rythme, la pulsation, l'immobilité ; la lourdeur ou légèreté de l'expérience ; etc .

### Reprenons : Qu'est-ce que décrire la conscience ?

- la conscience par ses degrés et ses types de réflexivité : non conscience, conscience en acte, conscience réfléchie voire ensuite « sur réfléchie » (conscience de la conscience).
- la structure intentionnelle de la conscience comme flèche intentionnelle :
  - La cible (ce qui est visé) / le remplissage (type et degré de l'intériorisation de la cible)
  - La flèche ou l'acte de visée, actes perceptifs, raisonnements, intuitions, verbalisation etc
  - L'archer ou l'origine de la visée, autrement dit encore « le pôle égoïque »,
  - Le cadre qui contient, les marges, les horizons, car la cible comme la visée ou l'ego ne se tiennent jamais seuls mais sont liés à leur histoire, leur environnement, les circonstances, l'avenir voulu ou subi.
  - **Les qualités du vécu de conscience**, la couleur, la densité, le rythme, de chaque vécu, la localisation et le déplacement du lieu d'où s'origine la conscience.
- la tresse d'acte qui constitue toujours la conscience
  - Sémiotisation, différenciation entre un référent et un représentant interne, mais aussi proto sémiotisation (la graine, le déjà là pas encore vraiment là, le représentant interne non verbal)
    - Type de sémiotisation
    - Dynamique de la sémiotisation, le sens se faisant, le sens fait, les reprises sémiotiques,
  - Mémorisation, ou capacité à persister, toute forme d'activité réfléchie suppose la conservation suffisante des objets auxquels elle s'applique, sinon c'est l'Alzheimer,
  - Modulation dynamique attentionnelle, qui module les propriétés de la visée quelque soit l'acte mis en oeuvre par la visée,
  - Type de Réflexivité qui définit la conscience en tant que telle
    - Activité réfléchie (réfléchir sur)
    - Activité réfléchissante (amener à la conscience réfléchie)
- variations / amplifications sur le thème du pôle égoïque
  - Notion d'origine (spatiale) du rayon attentionnel ou de la flèche de la conscience, intra corporel, péri corporel, extra corporel,
  - Position de l'origine par rapport au corps à l'ego, localisation, position associée ou dissociée, c'est à dire dont la localisation du point d'origine de la visée coïncide ou pas avec mon corps, avec mes organes des sens (mais aussi mobilité au sein de l'espace corporel),
  - Type de personnalisation ou d'identité : personne personnel (moi, ou une partie de moi, un détachement de moi, une subpersonnalité, une co identité, un témoin) ; personne non personnel (un autre que moi, mais toujours vu comme une personne) ; non personnel (qui n'est pas vu comme une personne, animal, végétal, minéral, objet, éléments, lieux),

### Développons les Descripteurs des vécus de conscience

Je me lance dans un essai de recensement de traits descriptifs (de catégorisation) des vécus de conscience. (J'ai une grande réticence à le formuler avec le mot conscience seul, alors que « vécu de conscience » est un peu pléonastique, car il ne peut y avoir de conscience qu'au sein des vécus, mais pas l'inverse tout mes vécus ne sont pas des vécus de conscience).

En m'inspirant des expériences de l'atelier de pratique phénoménologique, des occasions de s'exercer dans le cadre du GREX et tout spécialement en référence aux travaux de cet été, j'en viens à distinguer (provisoirement sans doute) deux grands pôles descriptifs : les qualités du vécu d'une part (un peu comme des sous modalités) et les propriétés du point origine.

Par rapport à ce que j'ai déjà répertorié, ces qualités semblent purement « décorative », superficielle, mais mon hypothèse est l'une ou l'autre peuvent signer, caractériser de façon indubitable un type de vécu de conscience par rapport à un autre (par exemple un vécu de joie par rapport à un vécu de colère). L'amplification des catégories relatives au point origine du rayon attentionnel est nourrie de nos

expériences avec les dissociés, du coup elle distingue la localisation spatiale, le type de définition de l'origine (genre focalisé/diffus), et enfin et surtout notre prise de conscience du mois d'aout du type d'identité, du « qui » est au point d'origine.

C'est une première tentative, plus nous avancerons dans nos observations et nos discussions plus cette première liste se modifiera.

### **Les qualités du vécu de conscience**

*Volume* : sphérique, plan, morcelé, délimitant un pan de l'espace et une forme, par exemple nous avons découvert lors de séances d'atelier de pratique phénoménologique que la colère referme le champ en un cône étroit et l'abaisse, difficile d'être en colère avec un espace haut ouvert, large ; la joie ouvre le champ, le fait se dilater vers le haut, vers l'avant ; quand nous avons travaillé avec le modèle de Walt Disney, le rêveur a toujours une ouverture très grande vers le haut et à droite, ce que n'ont pas le critique ou le réaliste.

*Limites* : au sens où le volume de la conscience a des bords plus ou moins nets, fortement définis ou au contraire des bords absents, ou simplement brumeux, indistincts ...

*Qualités d'organisation/désorganisation, confusion, lucidité,*

*Clarté / obscurité, comme si l'expérience était baignée ou pas dans une forme de lumière, de transparence ou l'inverse,*

*Couleur, textures, présence de lumières, de lumières colorées, que l'on trouve souvent dans des expériences méditatives,*

*Vivacité, légèreté/lourdeur,*

*Possibles.* Le sentiment de rapport aux possibles : sentiment d'omniscience, enfermement, absence d'horizon de possible, tâtonnement, lucidité, certitude/incertitude, doute, ...

*Déplacements,* sentiment de mobilité plus ou moins présent, plus ou moins léger, libre,

*Degré d'absorption* dans l'expérience, vécu comme un non temps, comme une absence au monde,

Ce sera peut être intéressant dans l'avenir de mobiliser le concept issu de la PNL de « sous modalité critique ». C'est à dire la qualité d'une sous modalité que si on imagine qu'on la change, alors toute l'expérience change (a posteriori toute mon expérience devient impossible ou inintéressante, ce n'est plus ça du tout).

### **Les propriétés de l'origine de la conscience**

Si je reste dans le modèle de la flèche intentionnelle, un des critères essentiel de description d'un vécu de conscience est la localisation de son origine. Avec la pratique des dissociés, avec les exercices de PNL, avec la mise en oeuvre des « témoins », nous avons constaté à quel point la localisation subjective de l'origine de la conscience (du lieu de conscience) peut être mobile et diverse et en même temps caractéristique d'un dissocié, d'un témoin, d'une co identité. Ce sera donc le premier critère descriptif égoïque, le second essaiera de saisir le caractère plus ou moins ponctuel, plus ou moins précis de ce point d'origine. Enfin le troisième, aura pour vocation de construire une typologie des types d'identité présents à ce point origine, car s'il y a bien une origine, on peut se poser la question de « Qui est à l'origine » (ce qui suppose qu'il y a une pluralité de réponse à cette question) ?

**Localisation** de l'origine de la flèche intentionnelle relativement au corps,

On peut distinguer entre trois lieux :

*Corporel* (à différents endroits du corps, aussi bien sur la peau qu'à l'intérieur, car le lieu d'où semble s'originer la conscience peut être localisé à différents endroits du corps comme la tête, le coeur, le ventre ou autre, et même de façon plus fine à se déplacer à différents endroits de la tête (cf. La thèse de Claire Petitmengin sur les actes d'intuition où les personnes étudiées déplacent leur attention à l'arrière du crâne);

*Péri corporel,* autour du corps mais dans sa proximité ; comme au sein d'une enveloppe élargie du corps.

*Extra corporel,* n'importe où à l'extérieur du corps, y compris dans des lieux lointains, irréalistes, vraiment tout est possible ; nous en avons de nombreux exemples dans la mise en place de dissociés, mais c'est aussi vrai dans les techniques PNL dans lesquelles ont est amené à être très attentifs à la distance qui permet vraiment de se décentrer et de prendre conscience de ce qui se passe dans une relation par exemple.

**Type d'origine** : Focalisé, pointu, diffus, vague, flottant, confus,

**Type d'identité** du pôle égoïque : Personnel, transpersonnel, impersonnel.

Cette distinction s'est vraiment imposée à partir de la variété de nos expériences lors de l'université d'été. Rien que dans notre groupe de trois nous avons eu tous les cas de figures listés ci-dessous. Il

faudra comparer nos expériences, mais dans la pratique des dissociés il m'a semblé que selon que le dissociée était une partie de moi (un autre moi-même) ou pas le discours du dissocié était plus ou moins tourné vers la description, le commentaire, le conseil.

*Personnel*, c'est MA conscience, elle est identifiée comme mienne, même si elle est une co identité ou une partie de moi,

*Impersonnel* : comme un objet, un élément (feu, terre, métal ...), un arbre, un animal, un lieu spécial,

*Transpersonnel* : comme un mentor, un ange, tout ce qui est une personne mais qui n'est pas reconnue comme étant moi ou une partie de moi (ce type d'identité semble apparaître assez facilement avec la consigne « un autre lieu de conscience ». Peut être parce que « autre » ouvre aussi bien à un changement de localisation, qu'à un changement identitaire,

Cette liste de catégories descriptives me semble suffisante pour rendre compte de la variété des expériences

### **Pause : Discussion critique : qualités versus actes.**

Je suis en train de m'échiner à décrire les propriétés phénoménales de la conscience, de le justifier, de l'organiser,

Mais, est-ce la bonne voie ?

Ne pourrait-on pas dire qu'il s'agit d'abord de caractériser un acte différent ? Ou bien qu'il s'agit d'un ego différent (un dissocié, qui se mettrait en place spontanément ?).

Mais

En fait, je ne sais pas encore si dans la réponse à ma consigne il y a mise en oeuvre d'un acte différent de l'évocation, tout ce que je peux dire avec certitude est que justement, ces vécus n'ont pas les mêmes propriétés phénoménales que l'évocation (moins laborieux, plus libre, plus facile, omniscient), de là à en conclure à une différence d'acte ? Et d'abord, ai-je les catégorisations d'acte qui me permette de m'y repérer ? Ça ressemble à de la mémoire, à du rappel, mais ça n'a pas le goût du rappel d'évocation !

De toute façon, les témoignages ne me donneront pas une nomenclature d'acte précisément, mais plutôt des différences de qualité de vécu de conscience ! Est ce normal ? Oui dans le sens où les témoins n'ont pas -pas plus que moi - la nomenclature complète déjà disponibles et répertoriées dans une liste connue de tous (genre, imagination, mémoire, raisonnement)d'actes. Là, il y a bien un « se rapporter au passé », donc d'une manière ou d'une autre un acte de rappel, mais sur le mode d'une présence immédiate, majoritairement sans effort de se rappeler.

Autrement dit avec ces témoignages, nous sommes aussi devant la nécessité de créer un vocabulaire nouveau pour identifier les actes produits, de même que pour ce qui concerne les dissociés et leur mise en place.

Donc, en amont de mon analyse des témoignages, il faut que je précise, que je discute le fait que je ne peux sauter à une conclusion simple comme : c'est un nouvel acte que j'ai induit et donc mobilisé, mais que je dois élaborer plutôt sur le thème de « en quoi ces vécus sont-ils différents de l'évocation » ?

Après tous ces prolégomènes, voyons les circonstances de la création de la nouvelle consigne, puis ensuite les témoignages et quelques commentaires de conclusion.

### **Le point de départ de l'invention de la consigne « lieu de conscience » dans ma rencontre continue de l'hypothèse de la conscience « non-locale » :**

Rencontre improbable et tout à fait imprévisible avec l'hypothèse d'une « conscience non-locale » : au cours d'un zapping négligent de fin de soirée, je tombe sur une émission en cours sur Direct 8. Le thème, je finis pas le comprendre, concerne les expériences de mort imminente (EMI). Autrement dit, un patient au cours d'une intervention chirurgicale est en état de mort clinique (plus aucun signes vitaux, coeur, respiration etc.) et même de mort cérébrale (plus de signaux électriques du cerveau sur l'EEG), cependant il est réanimé plusieurs minutes plus tard, et peut témoigner alors de ce qui s'est passé autour de lui (les conversations, les gestes thérapeutiques), pendant qu'il était « mort », témoignages qu'il est facile de valider.

Récit cependant impossible a priori puisqu'il était mort et que le cerveau, la conscience, l'activité cognitive ne peuvent plus fonctionner selon notre compréhension des rapports entre la conscience et le corps. Classiquement, la conscience, a besoin du corps vivant pour fonctionner !

Reste alors une première hypothèse qui essaie de rendre compte de l'expérience et dépasser l'impossibilité de principe, c'est que la conscience ne se confond pas avec le cerveau. Autrement dit l'hypothèse suggère que la conscience n'est pas localisée dans le cerveau, mais est qu'elle est « non locale » et pourrait donc fonctionner encore pendant que le cerveau est inactif, ce qui « expliquerait » que le patient ait enregistré ce qui se déroulait et s'il en a l'occasion peut décrire ce qui se passait pendant son intermède mortel. Mais il est toujours possible d'avoir une hypothèse alternative, et remettre en cause les indicateurs actuels de mort, et supposer que ce qui était réputé être la mort demande des critères supplémentaires, à découvrir, Autrement dit qu'une activité cérébrale non détectée se poursuit ? Je serais bien en peine de trancher, chacune de ces hypothèses ouvrant à des questions totalement inédites. Je choisis de suivre l'hypothèse d'une conscience non locale.

Et alors ?

Il est clair que les expériences de morts imminentes ne sont pas très pertinentes à la pratique de l'aide à l'explicitation, et que le thème en lui-même et ses ramifications ne nous intéressent pas en tant que tel. De plus, je n'ai pas les compétences pour établir la validité de cette hypothèse de non-localité. En revanche que se passerait-il si je fonctionnais **comme si** l'hypothèse était vraie ? Si je l'acceptais comme point de départ du travail sur la conscience, c'est-à-dire comme base dans les effets perlocutoires que je cherche à provoquer par mes consignes ?

Il s'agirait alors, d'accepter provisoirement l'hypothèse d'une conscience « non locale » comme source d'inspiration. Vous voyez que en l'état actuel, ce n'est qu'une hypothèse, elle n'explique rien de façon vérifiée quant à la conscience, mais elle ouvre le pensable (cf ce concept chez Marcel Gauthier), et, du coup, incite et autorise à essayer des moyens inédits. Un peu sur le mode : et si c'était vrai, qu'est-ce qu'on pourrait en faire, qu'est-ce qu'on pourrait imaginer comme actes inédits, comme effets inédits ? Bref, cela m'a donné l'idée de changer de consigne dans la mise en place de l'exercice habituel en grand groupe en début de journée.

Je rappelle d'abord que cet exercice vise : 1/ principalement à mettre les stagiaires en projet de « laisser revenir » les activités de la veille, pour se les approprier, en faire des objets de pensée ; 2/ secondairement à commencer la journée par un changement d'état dans la mesure où l'induction de l'évocation (laisser revenir) crée aussi une activité qui de façon dominante est tournée vers l'intérieur, vers l'intime, et conduit à s'absorber légèrement dans le vécu passé et change le climat du stage, et la disposition intérieure de tout les stagiaires. (Il y a toujours plusieurs objectifs pédagogiques emboîtés). Ce jour là, je me dit que je vais changer de consigne, *supposons que la conscience soit non locale et demandons aux stagiaires de « changer de lieu de conscience »*, autrement dit je cherche à produire, à induire, un changement du lieu d'où s'origine subjectivement (si l'on ne craint pas le pléonasse) la conscience, donc le fait que la flèche intentionnelle parte d'une autre localisation que de mon corps, de mon cerveau. J'atténue un peu le caractère direct de l'induction en leur demandant de souhaiter de changer de lieu de conscience vers un moment où un autre de la journée d'hier. Alors que classiquement, d'habitude je demande aux stagiaires « de prendre le temps de laisser revenir un moment de la journée d'hier », ce qui est un signal compris par tous les stagiaires (surtout dans un stage de niveau 2) d'aller vers la mémoire concrète, donc vers l'évocation.

Que va-t-il se passer avec la consigne de « changer de lieu de conscience » ? Quels sont les effets obtenus ? Seront-ils différents de ceux provoqués par la consigne « laisser revenir » qui induit l'acte d'évocation ?

Pour répondre à ces questions, il me fallait obtenir des témoignages, d'abord dans un feed back un peu rapide en grand groupe, ensuite par un appel à des témoignages écrits. Je vais me servir surtout de ces derniers matériaux. Mais il me fallait aussi une catégorisation des traits descriptifs de ces témoignages, pour ne pas me contenter de les « montrer » mais aussi les « analyser » (ce qu'en fait je n'aurais pas eu le temps d'achever).

### Témoignages

Dans un mail adressé à tous les participants du stage, j'ai sollicité des témoignages. Sur la consigne précise du mercredi matin « lieux de conscience » j'ai eu 7 réponses, plus trois réponses qui visaient plutôt la consigne du vendredi matin « laissez voyager votre conscience » et que je n'ai pas pris en compte ici, même si les résultats sont très proches. Sept sur 29 c'est peu.

Ces témoignages ne sont ni le produit d'un entretien en règle, ni d'une auto-explicitation, ils mélangent des bouts d'auto-explicitation spontanées et des extraits d'entretien fait le lendemain. Du coup le

déroulement temporel n'est pas très détaillé, ou la fragmentation pas très poussée, pas plus que le degré de qualification, mais déjà en tant que tels ils sont source d'inspiration. J'avais le projet d'en faire une analyse très systématique et j'y ai renoncé, préférant vous les livrer en l'état (j'ai rajouté des soulignés pour faciliter la lecture des points qui me semblaient importants) et en partager la lecture avec vous.

A noter que les témoignages sont, à ma connaissance, totalement indépendants l'un de l'autre, ce qui rend d'autant plus intéressant les constantes qui se dégagent spontanément.

### **Témoignage de Vittoria.**

25/7

Je doute, Pierre, que mon témoignage produise de l'immédiateté d'accès. J'ai du mal à accepter cette seconde consigne...à savoir à placer "mon lieu de conscience dans un moment spécifique". Ce que "lieu de conscience" évoque en moi est une association immédiate avec l'image de mon œil qui regarde de l'extérieur, donc pour démarrer un travail d'explicitation je dois passer par son intermédiaire, ce qui finit par alourdir.

24/7

Je fais l'exercice à ma façon, en essayant les deux différentes consignes par rapport à un moment de ma journée de hier.

D'abord je me donne la consigne classique en français :

Vittoria je te propose si tu es d'accord (OK, OK, je suis d'accord) de laisser revenir un moment de la journée de hier...Le vide (que je connais bien) se manifeste en premier. Je suis assise, mon corps est tendu en avant...mes coudes sont appuyés sur mon bureau... je garde mon visage entre mes mains... Le vide est là...mais je sais que ça va venir... Et je sais que je sais que ça va venir... L'idée de regarder sur l'agenda me traverse...mais je ne la prends pas en considération... Le vide est encore là... Mais un état de confiance s'installe et je sens mon corps mieux s'appuyé sur ma chaise...Qu'est-ce que j'ai fait hier?? C'était lundi...je répète c'était lundi... je sais que je n'étais pas tout le temps dans mon bureau.. Ai-je fait quoi?? Ah oui...l'image de ma petite voiture 500 FIAT me revient (ma famille me l'a offerte il y a deux mois pour mon anniversaire. Cela m'a "obligé" de reprendre à conduire après une dizaine d'années que j'avais presque renoncé)... Eh oui, hier je l'ai utilisé trois fois (!!!) en ville! Quelle performance!... Comment ça fait que tu n'y as pas pensé toute suite? Eh oui.. c'est comme ça! Il me faut le temps du laisser revenir...Un sentiment de quasi jubilation s'installe... Encore une fois le vide a donné ses fruits... Maintenant (si je le voulais et le pouvais) je pourrais expliciter des heures entières au sujet de ces trois moments...

J'essaie avec l'autre consigne... En amont je sens une sorte de résistance... Car en lisant le message de Pierre je l'avais essayé et elle me semblait qu'elle parlait trop à ma tête d'une façon intellectuelle .. Je l'ai même essayé en italien "Vittoria ti propongo di spostare il tuo luogo di coscienza nella giornata di domenica scorsa". Quelle horreur! Ça me semble encore plus intellectuel et artificiel.

J'essaie quand même avec le français: "Vittoria, je te propose si tu es d'accord de déplacer ton lieu de conscience dans la journée d'avant hier, dimanche..." (il me semble que pour tester l'effet je dois changer de moment).

Ce qui me vient assez rapidement, quasi sans vide, c'est l'image du sapin que j'ai décrit lors de l'entretien à St Eble comme lieu de positionnement d'un "dissocié" sous forme d'oeil. ... Peu importe je me dis. C'est un lieu de conscience... Le dire comme ça me parle bien maintenant, car c'est la bonne distance, la bonne hauteur...donc ça existe quand même...ça a un sens.

Intéressant pour moi que cette formulation m'ait amenée à recontacter un moment où j'avais fait un travail de décentration.

Et voilà, Pierre, je m'arrête ici. Tu peux garder ou jeter ce petit témoignage, comme tu veux.

### **Témoignage de Dynèle**

Autres consignes (Dynele aborde d'autres points avant celui-là).

-« Déplacer votre lieu de conscience ».. pour Dynèle, cela induit des effets de guidance vers un endroit spécifié qui pourrait être identique à la consigne suivante « déplacer votre attention sur un moment d'hier »..

-« Déplacer votre attention » ... pour Dynèle...cette consigne produit un mouvement qui oriente vers une position non statique « méta » qui surplombe et permet un déplacement tels un aigle en plein vol

dont l'acuité du regard explore un large champ et en même temps perçoit des mouvements à peine perceptibles.

Quand j'utilise

- "laisser revenir" .. je ressens un acte qui demande un lâcher prise, dans une forme de relaxation .. et les éléments qui se présentent le font à leur rythme ...

- "déplacer votre conscience. ou votre lieu de conscience" je dois encore tester plusieurs fois s'il y a une différence entre les deux (dans un mail ultérieur..).

La formulation induit un acte non pas passif comme laisser revenir mais un geste mental, rapide .. (voir instantané, à la vitesse de la lumière...)

- Evocation acte passif, déplacer geste mental rapide, (vitesse de la lumière comme pour Brigitte), et actif

- Position non statique, qui surplombe, déplacement comme un aigle, large champ et mvts à peine perceptible,

- Équivalence différence entre « conscience » et « attention », pour ma part je les prends comme équivalents, l'attention n'est pas autre chose que la modulation de la conscience, mais sur le versant subjectif il se peut que ces formulations ne soient pas équivalentes.

### **Témoignage de Brigitte Christine GERBER**

J'ai enfin pris un moment pour reprendre mes notes de notre semaine et t'envoie un petit retour sur l'effet de la consigne du mercredi matin (sauf erreur de ma part et de mes compagnes de trio de reconstitution de la semaine).

La consigne telle que je l'ai notée sur le moment était :

"Je vous propose de vous souhaiter de déplacer votre conscience dans la journée d'hier". Puis après le feedback j'ai rajouté l'expression "lieu de conscience", mais je ne sais pas si je l'ai entendu ainsi sur le moment. Je crois que ce qui a été important était plutôt le geste intérieur de **me souhaiter** de faire quelque chose, au contraire de tous ceux à qui cela a posé problème !

Mon vécu de la consigne : Le fait de me souhaiter qqch me parle immédiatement.

Je commence à me dire "je me souhaite" avant même que tu aies dit quoi.

Puis, une fois entendu ce quoi (déplacer ma conscience dans la journée d'hier) , je suis immédiatement transportée au cœur de mon entretien (en tant que A) du jour d'avant, au moment le plus "pointu", là où je suis allée le plus loin, au moment où avec mon B nous avons placé un dissociée, qui était en fait à l'intérieur de moi et qui avait la faculté de ralentir le déroulement de mon vécu. J'ai eu le sentiment que c'était très différent d'une évocation. Il n'y avait pas de dépliement graduel, mais immédiateté de l'entrée dans le moment. Tout était là, tout d'un coup, j'étais au coeur. J'ai été aussi frappée, que je n'ai pas eu le sentiment de choisir ce moment central, j'y ai été comme transportée directement. Surprise par cette facilité de déplacement et la précision de ma perception de ce moment, je décide d'aller voir si je peux explorer d'autres moments, et cela marche. Je peux me déplacer d'un moment à un autre de ma journée avec une facilité déconcertante. Il n'y a pas de corporéité, je peux juste voyager (qqch du style "à la vitesse de la lumière"), d'un moment à un autre et surtout focaliser sur ce que je veux, je fais des gros plans, me recule et repart, sans problème. Il n'y rien d'autre que la liberté, la précision, l'acuité, pas d'émotions, pas de sens corporel.

Les jours suivants, tes consignes ne m'ont pas fait le même effet, alors je suis allée rechercher ce même geste intérieur de me souhaiter de me déplacer / de déplacer ma conscience, et cela a marché, mais moins bien, cela n'a plus été aussi fort et aussi aisé. J'ai toutefois remarqué le dernier jour que, une fois mis en action mon souhait de me déplacer, là aussi je me suis retrouvée directement au coeur du moment le plus "pointu" du jour d'avant, c'est-à-dire là où j'étais allée le plus loin dans un entretien en tant que A.

Voilà, cette consigne du mercredi a donc eu pour moi des effets tout à fait étonnants !

### **Témoignage Claudine**

Par contre avec la deuxième formulation, c'est une toute autre histoire ! Mon attention n'a rien fait du début de la phrase (vous souhaitez). « Bon ! pourquoi pas ! Mais l'énoncé « votre lieu de conscience » m'a emmenée en évocation d'une toute autre façon que l'énoncé habituel du type : « je vous propose

si vous voulez bien, de laisser revenir un moment de la journée d'hier ».

Quand j'entends la formulation de Pierre, mon attention s'attache à « un autre lieu de conscience sur un moment d'hier », mais surtout à « un autre lieu de conscience ».

Et là, dans ma tête, il se passait des choses, enfin des choses qui voulaient venir pour dire : c'est bizarre ce mot, ça ne m'est pas familier... et puis il y a eu comme « stop, stop, n'agis pas dessus, tu le dis et tu fais l'expérience, c'est tout ! ». Et cet autre lieu de conscience était déjà là. Je l'ai perçu comme quelque chose qui filait sur mon côté gauche vers l'arrière (hier), ceci dans mon intérieur. C'était matérialisé, une sorte de courant d'air, comme une nébuleuse, mais sans lumière, en gros pour la décrire, elle est longue de 60cm sur 15/cm hauteur environ et elle file très vite. Moi, je restais à ma place, le corps qui se dilatait de l'intérieur, un grand espace intérieur, laissant la place à mon moi profond : « prends le temps, ne te précipite pas... ».

Et c'était très tranquille, très calme. Il n'y avait aucune crispation, aucune inquiétude du type « je ne vais pas y arriver... » comme j'ai tendance à le vivre avec l'évocation. ...Et en même temps, me dire « y a rien mais ne te précipite pas ! ». D'habitude ça m'inquiète, mais « reste tranquille et prends le temps de laisser venir ». Y avait une grande tranquillité et confiance. Et donc « O.K. y a rien ! »

Là, ça s'est ouvert grand et l'autre là, il fuyait vers hier. C'est comme si, moi je restais là, sur ma chaise intègre. C'est drôle ce mot !... ça m'a fait bizarre, mais je crois que c'est important. Je restais intègre et c'est un autre qui partait là-bas, cet autre lieu de conscience. ! Et ça me fait du bien que cet autre lieu de conscience me laisse moi, ici sur ma chaise. Ca me fait du bien que les deux soient séparés. Je crois que cela a une grande importance.

Cela a donc provoqué un tout autre geste intérieur que celui de la mise en évocation comme nous avons l'habitude de le faire. Dans le cas habituel, j'ai un geste intérieur, où c'est moi qui me tourne vers mon intérieur et me tourne vers le moment. Une sorte de plongée intérieure qui descend vers l'arrière de mon sternum.

### **Témoignage Maryse**

La chouette

*Nous nous installons, Pierre donne la consigne.*

Je ne sais plus si je prête attention au mot "souhaiter", je ne crois pas (je sais qu'il l'a dit parce que cela a été abordé dans le FB), ce qu'il me revient c'est que j'ai déjà fermé les yeux, puis je les rouvre pour voir ce que font les autres (17 - 18), je les referme, je suis dans l'attente, je suis consentante, j'attends quelque chose qui ressemble à ce que je connais, c'est long, j'attends le cœur de la consigne, ce que je vais faire sous l'effet de ses mots et puis j'entends "déplacer votre conscience dans la journée d'hier" (57) et là, c'est fulgurant, je suis dans la bergerie, les yeux fermés, et je suis dans une petite chouette brune et grise, installée sur une branche de l'arbre au fond du jardin à gauche, (je suis sur la chaise, je vois la chouette et tout de suite je suis dedans, pffuitt), et sous l'arbre, il y a trois chaises blanches, sur lesquelles sont installées Brigitte, Sandra et moi, et une quatrième chaise pour l'enregistreur. Je les vois d'en haut, immédiatement dans la même disposition que l'après-midi de la veille et je vois Sandra, Brigitte, moi et l'enregistreur sur la quatrième chaise appuyé sur quelque chose (?) pour qu'il soit suffisamment incliné vers nous. Il me vient quelque chose de fugace dont le sens est "Bon, ça va, c'est un peu gros le coup de la chouette symbole de la sophia, d'accord, dans ce stage tu es en train de mesurer tous les progrès que tu as faits, en particulier avec le travail de cet hiver, mais bon, la ficelle est grosse, la symbolique est grossière", et aussi "laisse faire, ne t'occupe pas de ça maintenant, sois attentive à ce qui va se passer, lâche prise" et la chouette est toujours là sur la branche de l'arbre, je suis dedans et je me vois d'en haut en train d'être A pour Sandra qui est B, à une certaine distance de moi (un peu plus éloignée que dans les configurations les plus fréquentes), Brigitte un peu en retrait, et moi-chouette, je les regarde, je regarde le moment où j'étais A avec Sandra et pouf, d'un coup je retrouve la joie qui m'a envahie au moment de la prise de décision du moment évoqué (critère que c'est à ce moment-là que j'ai pris ma décision alors qu'il y avait un très long ante début), je retrouve la joie comme je l'avais ressentie la veille quand j'avais évoqué ce moment, légèrement moins intense que dans le moment initial chez moi, je reste là, moi-chouette en train de goûter cette joie qui s'amplifie, il n'y a plus que ça, seulement des petits fugaces passent pour me suggérer de bouger, de regarder autre chose, d'aller voir quand j'étais B, de revenir à la consigne de l'exercice avec la sensation que je ne la suis pas, aucun effet, je suis là, je suis bien, je ne veux plus bouger, le temps est suspendu,

comme s'il ne s'écoulait plus, le déclencheur de la joie a disparu, je ne fais plus rien, je savoure et à un moment, *je suis incapable de dire si ça a duré longtemps ou pas*, je ne sais pas si Pierre a dit quelque chose ni ce qu'il a éventuellement dit, je me retrouve sur ma chaise dans la bergerie, les yeux toujours fermés, *comme dans une bulle*, je vois la chouette qui prend son envol, lourd, lent, avec le bruit que font les chouettes quand elles volent la nuit, et elle vient vers moi qui suis à nouveau assise sur la chaise dans la bergerie, et j'ouvre les yeux, c'est fini, *je reste très longtemps dans le ressouvenir de ce vécu, j'ai envie d'y retourner pour savoir ce qui se passe après*, je suis en retrait du FB, jusqu'à ce que Pierre me sollicite directement *en me demandant comment c'était pour moi*. Je ne sais plus ce que j'ai dit, j'étais dans la disposition d'en dire le minimum, *de garder pour moi intact ce moment, sans le modifier en le décrivant*.

*Voilà ce que je retrouve en auto-explicitation, un peu atténué mais encore bien présent. Je n'ai pas voulu le mettre en mots à Saint Eble, ni dans les jours qui ont suivi, et maintenant, un mois après, j'ai dû attendre longtemps, très longtemps, pour que le ressouvenir se remplisse. Une grande partie lundi soir le reste aujourd'hui mardi.*

*A propos du verbe "souhaiter" et des effets qu'il a eu sur moi (à l'écoute de la consigne, Pierre l'a dit au début et à la fin), je ne retrouve rien. Par contre, je retrouve bien "déplacer votre lieu de conscience".*

*Je retrouve que dans le FB, lorsque Pierre a dit qu'il avait utilisé le mot "souhaiter", je ne pensais pas l'avoir entendu, et maintenant je ne retrouve rien à ce sujet.*

### **Témoignage Anne B.**

*« Quand je ferme les yeux, je me prépare à vivre quelque chose, j'écoute ce que dit Pierre et en même temps je me rends disponible. J'entends, heu, le début de sa phrase, sur le souhait, « j'aimerais que vous vous souhaitiez », ça ça me plait bien, ça m'aide à me rendre disponible, je me prépare, je sais que ça me plait bien car je suis ici en formation pour vivre des choses un peu différentes, ça résonne avec un souhait plus global »...*

*« Juste après... « lieu de conscience », je suis contente car je n'ai pas encore expérimenté cela et je me dis voyons ce que ça fait et « se déplacer dans la journée d'hier », ça me plait, ça me fait penser à un matin du stage d'auto-explicitation où j'ai dansé la journée de la veille dans mon évocation, j'ai vécu une évocation comme une danse sur la journée de la veille » ...*

*« Je vois comme des ondes, je vois... je ressens, je vois, ce sont des...comme des ondes des choses qui se déplient, et c'est comme ça mais en lien avec ce qui s'est échangé, y'a un déroulement temporel sur l'échange, c'est beau, » ...*

*« du coup quand je me déplace dans la journée d'hier, je me déplace sur plusieurs lieux et moments, y'en a eu 7 ou 8 et dans ce même lieu ça se déroule. » ...*

*« Je surplombe, je suis en haut mais en fait moi, une partie de moi est dans les échanges, c'est cette partie de moi qui les arabesques. Y'a la partie qui est en haut et qui regarde mais la précision de la situation n'a pas beaucoup d'importance et elle regarde, et y'a une partie qui descend et qui suit le fil temporel de l'échange » ...*

Suite au positionnement d'une dissociée :

*« , elle dit que Anne est en train de revisiter la journée de la veille en planant de situations en situations et quand elle s'arrête sur une situation, une part d'elle reste en haut (elle voit) les personnes concernées par la situation et il y a une part d'elle qui descend et qui habite ce qui s'échange et comme ce qui s'échange, ce sont des mouvements des... en habitant ces échanges, il y a les courbes, les mouvements et aussi le fait de traverser des univers plus froids, plus chauds avec des qualités différentes et du coup, de sentir les frottements aussi ou des étincelles ou des choses très douces, des dépôts très doux, des frémissements, des... oui c'est ce qu'elle dit de ce que fait Anne. »*

### **Témoignage Sandra**

Exercice : souhaiter déplacer le lieux de conscience :

J'ai d'abord directement été en évocation de la journée d'hier, mais je n'étais pas en dissociation.

Or la demande me semblait être de se dissocier. Je me suis donc souhaité de me dissocier, suis revenu ici sur ma chaise.

Et j'ai imaginé une partie de moi se lever et se déplacer vers le jardin et vers hier.

Une fois dehors, ma conscience était hier sur l'escalier.

J'ai essayé de regarder vers la table, mais je me suis retrouvée en évocation, en moi hier.

Après quelques tentatives de garder ce regard extérieur, j'ai ressenti le besoin que ce lieu de conscience ne soit plus matérialisé dans une image de moi.

Cette conscience est devenue vaporeuse, j'étais au dessus du jardin, en apesanteur, ce qui m'a ramenée à des images, pensées venues hier matin (pensées liées à l'imagination guidée).

Puis j'ai entendu l'orage et ai souhaité être cet orage, évocation de sensations en moi au moment où l'orage est arrivé, puis je me suis rendu compte que ce gros nuage était trop loin, je suis revenue au fond du jardin, sous le pommier,

J'ai retrouvée des sensations, des paroles dites dans le groupe, et surtout les gestes porteurs de sens échangés hier après midi

==> Quelques gestes ont été déterminants dans chacun des entretiens conduits.

Puis j'ai essayé de prendre la place du magnétophone au milieu, sans la chaise. C'était un peu gênant parce qu'il a été beaucoup déplacé,

Puis j'ai choisi de rester là, au milieu du groupe,

J'étais un peu frustrée parce que je voyais le plus souvent la situation de ma position d'hier

Puis j'ai tout de même perçue de façon un peu plus extérieure ce qui s'était passé durant l'entretien où j'étais A.

Quelques éléments liés à l'empathie entre nous.

Cette position au milieu m'a conduit à revisiter le sens identifié à la fin de mon entretien, du haut de la position de dissociée adoptée la veille.

### **En forme de conclusions ...**

*Qu'est-ce que je tire de cette analyse, du travail sur cet exemple de consigne ?*

- Cela me donne l'occasion de faire le point sur les liens entre conscience et explicitation.

- Je réfléchis sur les problèmes de description de la conscience, motivé par le fait de rendre possible la comparaison de vécus différents (par exemple, comparer les vécus de conscience suivant les émotions, ou entre rappel en évocation et sans évocation).

- Cela me conduit à essayer d'énumérer les qualités de la conscience et les variétés de pôles égoïques;

- J'introduit l'hypothèse de la « non localité » de la conscience, non pas pour la vérifier ou la confirmer, mais pour découvrir quels possibles elle ouvre, qu'est-ce qu'elle rend pensable, qui ne l'était pas auparavant ou sans elle. D'ailleurs, dans la mesure où elle s'origine dans la physique quantique, il n'est pas impossible que je ne comprenne pas le sens de cette hypothèse, peut-être même que je fasse un contre sens. Qu'importe pour le moment, est-elle féconde ?

- Non locale, non coïncidence entre la localisation du cerveau/corps et localisation du point origine de la conscience ; mais de ce fait causalité non matérielle (comme la gravitation ou le magnétisme), hypothèse de transmission instantanée de l'information sans limite de distance, voir de temps, hypothèse d'une conservation des traces mnémoniques dans un champ extérieur au corps. Cf. Bergson.

- « Déplacer votre lieu de conscience » plutôt que « laisser revenir un moment ». Peut être une idée qui n'a rien à voir avec l'hypothèse non locale, mais une idée qui vient de la rencontre avec cette hypothèse.

- Au passage, importance de l'intention comme mode de contrôle des actes cognitifs, ce qui est un point inaperçu de la psychologie cognitive classique, et qui est central pour nous parce que les intentions sont propulsées par les consignes, donc résultent d'une bonne adéquation des effets perlocutoires.

- *Qu'est-ce que j'ai appris à partir des témoignages :*

/ Tout d'abord, j'ai peu de contenu, ces témoignages ne sont pas un compte rendu détaillé de ce que chacun a trouvé en réponse à cette consigne, l'acte déclenché n'est pas décrit dans sa nature (impossible), mais dans son apparition, sa dynamique, et l'atmosphère subjective de ce qui se passe : légèreté, immédiateté, liberté, facilité de déplacement, voire sentiment d'omniscience, quelques indications sur l'identité du pôle égoïque : une chouette, comme la vision d'un aigle.

/ Que cela déclenche une conduite différente de l'induction d'évocation,

// On est moins dans la passivité, plus dans une action cf. L'opposition entre « laisser venir » et « déplacez votre lieu de conscienc » (même si la personne n'en contrôle pas elle-même l'initialisation, cf. Plus loin, les effets de l'intention),

// Les qualités de l'acte déclenché sont différentes de l'évocation,

// Ces qualités sont assez proches de la décorporation vécue lors d'un coma réversible EMI, peut être est-ce une indication pour dire que toutes les positions dissociées ont des points en commun, quelle qu'en soit l'origine.

// La grosse différence entre déplacer votre conscience et décorporation dans les EMI est la présence ou non d'un vécu de décorporation, au sens d'un ressenti de sortir de son corps, et /ou d'y rentrer.

// On retrouve en gros toutes les qualités de la « position dissociée » au sens de la PNL?

Dominante de l'accès visuel, je me vois moi même, et je peux voir ce qui m'entoure d'un autre point de vue que celui qui s'origine dans mon corps ;

Donc, pour ce faire, position spatiale en surplomb, détachée du lieu du corps, sens de la corporéité plutôt faible,

Se rajoute une mobilité, un sentiment de liberté, une possibilité de zoom, inédite,

### **Des limites à l'expérience des « lieux de conscience » ?**

// A-t-on accès à tous les types d'informations ? En ce sens que d'habitude les positions dissociées privilégient le visuel et le fait de se voir dans l'image visuelle. A-t-on accès à du ressenti corporel ? De l'émotion ? De l'auditif ?

// N'y a-t-il pas plus facilement du conceptuel ? Des explications ? Des conseils d'après coup ?

// Tout le monde rentre-t-il facilement dans l'expérience des « lieux de conscience » ? Sachant que dans toutes ces « manipulations » de la conscience, évocation, transe, relaxation, méditation, dissocié, on rencontre toujours des cas de difficultés, souvent liées à trop de contrôle mental (trop de cerveau gauche ...). Dans le feedback en grand groupe, on a eu de nombreux témoignages de blocages sur le début de la consigne (vous souhaiter à vous même), sur l'impossibilité ou l'incompréhension de « lieu de conscience ».

### **Annexes**

#### **Transcription de la consigne du mercredi matin.**

En italique ma présentation et mes commentaires, en droit les paroles prononcées, les chiffres donnent le déroulement temporel en secondes.

*Le mercredi matin, je change de consigne dans l'idée de mobiliser la conscience différemment, sur la base d'une hypothèse selon laquelle la conscience serait non locale, au sens de distincte de la place du corps, donc comme pouvant être multilocalisée, pas seulement localisée là où se trouve mon corps, pas seulement identifiée à la co identité assise sur la chaise. J'espère que cela va produire des effets différents de la consigne habituelle de l'induction de l'évocation, « je vous propose de ... laisser revenir ». Mais, à cette étape, je n'ai pas encore d'attentes précises. Sinon que si l'hypothèse d'une conscience non locale est vraie, elle doit être efficace, et produire des effets observables, sinon c'est du pipeau. J'espère simplement que le changement de consigne va produire des effets différents dans la manière dont chacun va se déplacer mentalement vers la journée d'hier.*

*Je transcris ci dessous les 1' 40 s de l'enregistrement, les commentaires sur mes intentions ou sur l'activité dans la salle, ou encore sur le para verbal (ton et rythme de ma voix, la dimension corporelle étant masquée puisque quasiment tout le monde a les yeux fermés) sont en italiques, les ... ont vocation à suggérer la présence de silences plus ou moins marqués :*

01s *(je nomme ce qui se passe devant mes yeux, plusieurs stagiaires, sachant le genre de chose qui va se passer, ont déjà rangé leur cahier, stylo, portable, et même pour certains ont déjà fermé les yeux)* certains sont déjà détachés de leur cahier depuis longtemps

*Silence, bruits de rangement dans la salle*

16 voilà ... *(je vais commencer à induire l'attente de la consigne proprement dite et la mise en état d'accueil et d'attente),*

17 donc ..., si ça vous aide vous fermez les yeux *(voix douce, basse, tranquille)*

18s si ça vous aide pas, ben vous les gardez ouvert, *(consigne qui autorise le faire et le ne pas faire, pour qu'il n'y est pas de réaction, pas de refus possible à une proposition unique, et la suite augmente encore cette liberté de choix),*

25 si vous avez envie de changer en cours de route ben vous changez ..

Mais je vais vous proposer une consigne un peu différente (*j'induit délibérément une attente, une annonce de nouveauté, donc l'induction d'une mise en vigilance plus grande encore*).... {Attends (*je m'adresse à quelqu'un qui n'est pas prêt, donc mouvements divers dans la salle, et par conséquent mise en attente de tout le groupe*) puis reprise, où j'introduis d'abord la notion de souhait, de se souhaiter, avant de suggérer quoi souhaiter.}

35 Je vais vous proposer, .... que vous souhaitiez, ... que **vous vous** souhaitiez, donc vous allez le faire à votre manière 46 .....

49 Que vous puissiez intérieurement exprimer le souhait, .... si je le reformule 54 ...

### 57 De souhaiter **déplacer** votre conscience dans la journée d'hier

1' 00 de déplacer le ' ... un lieu de votre conscience dans la journée d'hier (*je me rattrape de justesse pour passer de l'article défini « le » à l'indéfini, potentiellement pluriel de « un » lieu*).

1' 04 à un endroit ou un autre de l'espace de travail et de laisser revenir ce qui vient à partir de ce lieu 1,14 .... (*J'indique les « où » et le geste qui suivra : « laisser revenir »*),

1,15 et ... essayez à votre manière , et si ça marche pas essayez autrement, ... et .. faites ce qui vous aide 1,22 ..... (*à nouveau, j'ouvre des propositions qui peuvent aider à désamorcer les réactions de refus, d'incompréhension, pour ouvrir à tous les possibles*). Puis je marque la fin, avant une répétition lente.

1,28 voilà, ... (*la voix va se faire plus basse, plus douce, plus lente, je vais me contenter de répéter doucement ce que j'ai déjà dit*),

1, 30 ... déplacer sa conscience, ... déplacer vers le passé, la journée d'hier , ... dans un lieu ou dans un autre, ... souhaitez que ça se passe comme ça, ...

(*Très doux, presque inaudible*) ... et je vous laisse faire ...1,40 .... Silence .....

### 57 De souhaiter **déplacer** votre conscience dans la journée d'hier

1' 00 de déplacer le, un lieu de votre conscience dans la journée d'hier

1' 04 à un endroit ou un autre de l'espace de travail et de laisser revenir ce qui vient à partir de ce lieu 1,14 ....1,15 et ... essayez à votre manière , et si ça marche pas essayez autrement, ... et .. faites ce qui vous aide 1,22 .....

1,28 voilà, ... (*la voix est plus basse, plus douce, plus lente*)

déplacer sa conscience,

déplacer vers le passé, la journée d'hier ,

dans un lieu ou dans un autre, souhaitez que ça se passe comme ça, ...

et je vous laisse faire ...1,40

### **Note sur la fonction de l'intention dans le déclenchement de l'activité cognitive.**

Le fonctionnement de cette consigne, comme pour toute consigne, (voir l'article suivant de Maryse Maurel sur la réponse à la consigne du rêve éveillé dirigé) repose sur la force des effets perlocutoires. Les mots que j'utilise intentionnellement ont vocation à produire un résultat chez celui qui les entend et les comprend, à condition -en plus- qu'il consente à ce qui est proposé. Les mots n'agissent pas selon une causalité matérielle, mais selon une disponibilité à les accueillir.

Si je demande à quelqu'un d'ouvrir la fenêtre, on comprend facilement que s'il y consent, il se lève et va ouvrir la fenêtre, il a une prise volontaire sur les gestes qu'il doit accomplir pour ce faire. Mais, si je lui demande de « déplacer sa conscience à un moment de la journée d'hier », il peut y consentir, mais il ne sait pas ce qu'il doit faire pour déplacer sa conscience. Et pourtant, quand la compréhension et le consentement sont là, on a de multiples exemples de la mise en œuvre spontanée d'un acte qui produit le résultat attendu.

Miracle ?

Non, habitude non vue. Le fonctionnement cognitif n'est pas soumis dans le détail à mon contrôle, il se déclenche, se fait à ma demande, et se corrige dans l'après coup de sa production, en référence aux résultats attendus, mais fondamentalement il est le produit d'une intention éveillante.

Par exemple, je souhaite avoir une image, imaginer la façade de ma maison, aussitôt s'ébauche une vision plus ou moins précise de la façade. Mais ce qui est apparu je ne l'ai pas contrôlé dans son mode de production, mais par le souhait, l'intention, qu'il en soit ainsi. Les premières images qui m'apparaissent me font prendre conscience de manques, d'imprécisions, et là je souhaite faire apparaître plus en détail l'encadrement des fenêtres, il me vient des bouts complémentaires. Mais fonda-



# « *Il y a un pont...* »

## *Un exemple de travail de l'imaginaire (Saint Eble 2012)*

*Maryse Maurel*

### **Introduction**

Cet article concerne deux protocoles enregistrés à Saint Eble le 25 août 2012 avec Maryse (A), Mireille (B ou C) et Bienvenu (C ou B).

Tout en écrivant le compte-rendu de Saint Eble 2012 qui est publié dans ce même numéro d'Expliciter, j'ai écouté les deux protocoles correspondant aux extraits ci-dessous et je les ai transcrits. Pourquoi ai-je eu envie de compléter le compte-rendu par ces deux extraits<sup>19</sup> ?

1) Il me semble qu'ils illustrent le travail que nous avons fait à Saint Eble sur le thème de la décentration, de la prise de recul, de la mise à distance, du changement de point de vue. Il y a ici plusieurs dissociées en scène :

la dissociée masquée du rêve éveillé, celle qui marche sur la plage au bord du lac, ce sera M1 dans ce texte,

une deuxième dissociée que je connais bien, qui est devenue une co-identité et qui s'est imposée à moi ce jour-là, c'est la M5 de Expliciter 95, celle de la lune, celle qui sait tout qui voit tout, elle intervient dans le premier extrait, ce sera M2,

une troisième dissociée, un lieu de conscience, avec laquelle j'ai déjà travaillé plusieurs fois et qui elle aussi s'est imposée à moi, ce sera M3. Dans ce texte « je » c'est moi rassemblée. Je suis parfois obligée de distinguer le « je » du fauteuil qui fait le rêve éveillé dirigé et le « je » de l'entretien avec Mireille.

Comme je les sais très efficaces, je les ai accueillies et écoutées.

2) Je veux donner un aperçu de la richesse des protocoles que nous avons enregistrés à Saint Eble. Nous pourrions les étudier sous d'autres angles, celui de la technique d'entretien, avec une étude des relances d'installation des dissociées, de l'adressage, nous pourrions aussi nous intéresser aux propriétés des dissociées et à leur vécu en complétant par un V3. Mais je dois signaler ici que j'ai retrouvé leurs caractéristiques, leurs compétences, leur apparence corporelle en toile de fond même si je n'en ai rien dit. Je reviendrai à la fin sur ce point, quand A ne dit pas tout ce qui vient parce le rythme de ce qui vient et celui des mots pour le dire ne sont pas compatibles.

3) Cet exemple confirme le phénomène étudié dans Expliciter 94 et 95, l'installation d'une dissociée me permet de déplier un vécu qui m'apparaît avant l'installation comme quasi immédiat, comme un grain temporel, avec le même sentiment qu'il y beaucoup de choses qui m'y sont inaccessibles. J'attends maintenant que d'autres personnes confirment cette compétence des dissociés.

4) Cet exemple offre une jolie description de l'effet perlocutoire de cinq petits mots de Pierre « il y a un pont » sur mon imaginaire. Et il me semble que nous n'avons pas encore d'exemple

---

<sup>19</sup> Je sais bien que le travail n'est pas achevé, mon intention est seulement de donner un exemple de protocole de Saint Eble 2012. Il y aurait bien d'autres choses à dire encore, mais le rédacteur en chef d'Expliciter attend le fichier pour la constitution du numéro 96.

de description aussi fine pour les effets perlocutoires. A ce sujet, les dissociés sont un bel outil pour les explorer. Qu'en dites-vous ?

5) J'ai aussi envie de vous faire partager la joie d'avoir travaillé sur un pont imaginaire et poétique dans un lieu que j'aime.

Les deux parties de protocole présentées ici sont issues de deux enregistrements d'environ une heure chacun. La transcription n'est pas parfaite, il manque des relances de Mireille où elle reprend ce que je viens de dire et quelques acquiescements en termes de « mm mm ». Pas d'importance ici, mon projet n'est pas de regarder la technique de questionnement mais seulement les informations recueillies. Cet article répond aux questions : comment aller plus loin dans la description d'un vécu en installant des dissociées ? Jusqu'où je peux aller dans la finesse de la description d'un vécu en installant des dissociées ? Pouvons-nous décrire finement, en utilisant les dissociées, un effet perlocutoire, ici une création déclenchée par quelques tout petits mots ?

### ***La création du pont : quoi ?***

Qu'est-ce que je crée par le travail de mon imagination et sous l'effet perlocutoire de "il y a un pont", dans un état de lâcher prise et de consentement que je viens d'installer ?

Dans le contrat d'attelage qui précède le premier entretien, je choisis d'explorer le moment de la consigne où Pierre a dit "il y a un pont"<sup>20</sup> pour décrire les effets perlocutoires de ces cinq petits mots sur mon activité de pensée.

Je veux explorer ce vécu parce qu'il me revient de ce moment de la surprise, de la sidération même, quand, à ma gauche, un magnifique pont de cristal se construit instantanément, un pont qui traverse le lac et qui va sur l'autre rive. Superbe. Je n'aurai pas le temps de le terminer, et pourtant, c'est le pont complet que je revois quand j'y pense aujourd'hui. J'ai pris le temps de le contempler, à la fin du rêve éveillé, il était terminé quand je suis revenue dans le lieu que j'aime avant de le quitter pour retourner dans la véranda.

La suite précisera que ce n'est pas un pont de cristal, mais je le dis ainsi à ce moment-là, parce que je veux toujours aller trop vite pour décrire, tout en sachant que le mot choisi ne convient pas, parce que je sais que j'en ai la vision intérieure, pas encore mise en mots, que je peux retrouver quand je veux.

Au début du premier entretien, Mireille propose

Mi Si ça te convient Maryse, ce que je te propose, c'est de revenir tranquillement à tout ce qui s'est passé dans la véranda hier avec ce rêve éveillé que Pierre nous a fait vivre

Ma mm

Mi et tu y reviens tranquillement et parmi tout ce qui s'est passé pour toi pendant ce temps-là, peut-être, peut-être pas, il y a quelque chose qui te revient, que tu souhaiterais explorer plus particulièrement

Je résume le début de l'entretien :

En référence au rêve éveillé de juillet, je suivais la voix de Pierre, je reconnaissais la consigne, Pierre avait dit la même chose, je reconnais la phrase "vous vous levez, vous marchez" et j'attends la suite "et vous voyez un personnage ou un animal ou une figure tutélaire".

J'étais là, dans mon endroit où je suis bien, au bord du lac, en hiver, j'écoutais plus ou moins attentivement la voix de Pierre, et c'est au moment où il a dit « il y a un pont » que poff, là, je suis surprise, j'attendais la mise en place d'un animal ou d'une figure tutélaire, j'anticipais, je cherchais ce que j'allais mettre quand Pierre dit "il y a un pont" et donc, ce que je voudrais explorer, c'est ce vécu parce qu'il y a de la surprise devant ce magnifique pont de cristal qui se construit, qui traverse le lac et qui va vers l'autre rive. Éblouissant.

<sup>20</sup> La phrase complète est " vous vous apercevez qu'il y a un pont, un pont qui permet de passer au-dessus d'un ravin assez profond".

Nous commençons l'explicitation, je présente dans le paragraphe suivant l'essentiel de mes réponses :

Je décris comment je reconnais le début de la consigne du rêve éveillé de juillet, comment j'écarte plusieurs lieux candidats, comment ma tête est encombrée par toute une agitation intérieure, comment il me vient une scène réelle de l'hiver dernier, au bord du lac de Sainte Croix qui a une couleur turquoise très particulière et très lumineuse, une scène de février, froide et venteuse. Il y a de grands blocs de pierre derrière, au fond de la plage et je suis assise sur l'un d'eux, je suis seule, je regarde l'eau, il n'y a pas de voile sur le lac, c'est tout vide, sur la plage il y a les galets et du bois flotté. J'entends la voix de Pierre, je reconnais : "vous vous levez, vous marchez", je descends de la grosse pierre, je me dirige vers la vigne sauvage et les grands chênes et j'attends la suite qui doit être "et vous voyez un personnage ou un animal ou une figure tutélaire", je me demande ce que je vais mettre, et là, il y a mon témoin intérieur qui régule et qui me dit "attends, attends, laisse faire les mots, laisse toi faire, lâche, lâche", et quand je me dis "lâche, lâche" et que je lâche enfin, Pierre dit "et il y a un pont par-dessus un ravin qui va de l'autre côté". Et il y a un pont immédiatement mais je ne suis pas sûre qu'il se fasse d'un coup.

Mireille me propose d'installer une dissociée :

Mi        donc ça t'irait si on installait une dissociée où on serait juste quand toi tu viens d'être descendue des rochers et où tu te prépares à chercher un animal, en tout cas entendre "un animal" et qu'il y a le pont qui arrive

Ma        mm

Mi        donc ce serait la scène que tu souhaiterais mieux comprendre et surtout surtout surtout pour savoir comment ce pont t'arrive

Après quelques péripéties je convoque ma co-identité, ex M5 des numéros 94 et du 95, celle qui sait tout qui voit tout, celle de la lune, et je la place à Saint Eble sur le toit en surplomb de la véranda. Dans un échange, nous récapitulons tous les trois qui est la dissociée choisie, son nom (celle qui sait tout qui voit tout, celle de la lune), sa posture, sa mission, elle va pouvoir observer et décrire tout ce qui se passe chez Maryse qui est en train de faire le rêve éveillé dans la véranda à un moment où elle attend que Pierre lui propose une entité et qu'il va proposer un pont. Je valide que je sais qui elle est, quelle sa mission, où elle est installée.

Voici quelques extraits choisis de la description qui précède :

Pierre parle et elle, elle fait ses trucs... toutes ces espèces de choses qui passent...des petites choses furtives qui traversent, tout un tas de commentaires...c'est de l'agitation...puis y a un moment où elle est plus attentive ...quand il dit "vous vous levez et vous marchez dans votre paysage"...elle est en train de se préparer à entendre, là elle est un peu plus dans le lâcher prise...elle attend pour vérifier, tranquille...c'est suspendu...elle marche, elle attend ce que va dire Pierre...là elle l'écoute vraiment, elle va avoir quelque chose à faire alors que depuis le début, elle en faisait un peu à sa tête, là elle écoute, elle pilote plus, elle a lâché...elle écoute...elle se branche sur la voix de Pierre...les paroles arrivent comme ça dans l'oreille..."et là vous vous levez et vous marchez", ...je me mets à son rythme

## Extrait de l'entretien 1

[38']

Ma    e<sub>1</sub>/1    et à un moment la scène s'éclaire, c'est la scène du lac, elle est claire, elle est lumineuse, j'y suis, voilà, et les paroles de Pierre arrivent

Mi    e<sub>1</sub>/2    et les paroles de Pierre arrivent, est-ce que tu es d'accord de prendre juste le temps, pour moi, parce que moi je m'adresse à celle qui est là-haut, celle qui sait tout qui voit tout, est-ce que c'est celle qui sait tout qui voit tout qui dit "je" là en ce moment

Ma    e<sub>1</sub>/3    oui

- Mi e<sub>1</sub>/4 d'accord, c'est ce que je pensais, mais je voulais le vérifier pour moi-même  
 Ma e<sub>1</sub>/5 c'est elle qui voit tout cet embrouillamini dans la tête  
 Mi e<sub>1</sub>/6 elle voit tout l'embrouillamini dans la tête  
 Ma e<sub>1</sub>/7 oui  
 Mi e<sub>1</sub>/8 et puis il y a tout d'un coup euh  
 Ma e<sub>1</sub>/9 et tout d'un coup, elle voit la scène qui s'éclaire, mais elle, elle la voit depuis l'extérieur la scène  
 Mi e<sub>1</sub>/10 la scène s'éclaire  
 Ma e<sub>1</sub>/11 elle la voit pas comme celle du fauteuil qui est dedans  
 Mi e<sub>1</sub>/12 elle voit que Maryse devient de plus en plus attentive, qu'elle se prépare  
 Ma e<sub>1</sub>/13 (5 s) non, oui, oui, elle se prépare à installer quelque chose  
 Mi e<sub>1</sub>/14 elle se prépare à installer quelque chose  
 Ma e<sub>1</sub>/15 elle attend le moment où il va dire "et vous installez..." voilà  
 Mi e<sub>1</sub>/16 est-ce que  
 Ma e<sub>1</sub>/17 parce que ça, elle le sait de juillet  
 Mi e<sub>1</sub>/18 oui, Maryse le sait de juillet et celle qui sait tout qui voit tout, elle voit qu'elle se prépare  
 Ma e<sub>1</sub>/19 oui  
 Mi e<sub>1</sub>/20 est-ce qu'elle est d'accord de nous dire comment c'est une Maryse qui se prépare alors qu'avant elle n'en a fait qu'à sa tête 40'24]  
 Ma e<sub>1</sub>/21 elle euh, y a comme une légère tension qui s'installe dans son corps, elle se mobilise, c'est comme si les muscles se mobilisaient un peu  
 Mi e<sub>1</sub>/22 comme si les muscles se mobilisaient un peu et puis il y a quelque chose d'autre quand Maryse  
 Ma e<sub>1</sub>/23 elle écoute bien là (*d'une voix très ferme*)  
 Mi e<sub>1</sub>/24 et c'est comment une Maryse qui écoute bien là  
 Ma e<sub>1</sub>/25 les mots de Pierre elle les entend, elle les entend  
 Mi e<sub>1</sub>/26 elle les entend  
 Ma e<sub>1</sub>/27 mm, elle y fait attention (*en appuyant « fait »*)  
 Mi e<sub>1</sub>/28 elle y fait attention  
 Ma e<sub>1</sub>/29 elle y fait attention, mm mm  
 Mi e<sub>1</sub>/30 elle peut nous en dire plus comment c'est quand elle fait attention aux mots de Pierre  
 Ma e<sub>1</sub>/31 (6 s) elle entend les mots "et là vous vous levez, vous marchez" (*très lent, très doux*) et puis tout d'un coup il dit "et il y a un pont", poff, ça fait vraiment, "et il y a un pont", "et il y a un pont" "pont" (*ferme et rieur, le mot « pont » est chaque fois très appuyé*)  
 Mi e<sub>1</sub>/32 pof  
 Ma e<sub>1</sub>/33 non « pont »  
 Mi e<sub>1</sub>/34 « pont », et qu'est-ce qui se passe là pour Maryse quand il y a un pont  
 Ma e<sub>1</sub>/35 et ben, la plage elle reste déserte  
 Mi e<sub>1</sub>/36 la plage reste déserte et  
 Ma e<sub>1</sub>/37 et un peu devant  
 Mi e<sub>1</sub>/38 un peu devant  
 Ma e<sub>1</sub>/39 il y a quelque chose de transparent (*voix très basse*) oh c'est difficile  
 Mi e<sub>1</sub>/40 quelque chose de transparent, doucement, doucement, même si c'est difficile à décrire on a tout le temps  
 Ma e<sub>1</sub>/41 il y a un endroit il y a un arbre, qui est tantôt dans l'eau, tantôt pas dans l'eau selon la hauteur du lac, que nous appelons l'arbre à libellules parce qu'il est plein de libellules bleues (*voix normale*), et de là émerge (*ferme*)  
 Mi e<sub>1</sub>/42 (15 s) de là émerge  
 Ma e<sub>1</sub>/43 (5 s) de là émerge, je sais pas le décrire, c'est, c'est, quand on envoie une grosse pierre dans l'eau, l'eau monte, elle est translucide, comme du verre et puis il y a des petites gouttelettes, ben là c'est comme si on avait envoyé un gros truc, y en a

- pas hein, mais il monte comme de l'eau, comme ça, plein de petites gouttelettes et puis ça s'assemble, ça s'assemble, ça s'assemble, puis ça avance sur le lac (*d'une voix très rapide*)
- Mi e<sub>1</sub>/44 et ben celle qui sait tout qui voit tout, celle de la lune, elle est bien en train de nous décrire comment les petites gouttelettes montent, montent, montent, montent, mais avant c'était comme s'il y avait eu un caillou dans l'eau
- Ma e<sub>1</sub>/45 non, non, y a pas le caillou
- Mi e<sub>1</sub>/46 mais y a pas le caillou, c'est comme si
- Ma e<sub>1</sub>/47 elle sait, je sais pas le dire
- Mi e<sub>1</sub>/48 elle sait pas le dire
- Ma e<sub>1</sub>/49 c'est quelque chose qui est transparent, je sais pas en quoi c'est, légèrement bleuté, enfin légèrement bleuté mais y a le turquoise du lac qui se reflète dedans et c'est quelque chose qui émerge de l'arbre à libellules, qui est, je sais pas ce que c'est comme arbre, et et et
- Mi e<sub>1</sub>/50 et
- Ma e<sub>1</sub>/51 et ben, ça avance comme ça (*doucement*)
- Mi e<sub>1</sub>/52 ça avance, doucement, ça avance
- Ma e<sub>1</sub>/53 pas très vite
- Mi e<sub>1</sub>/54 pas très vite
- Ma e<sub>1</sub>/55 pas très vite et quand Pierre il dit "par dessus un ravin", je m'en fous, c'est plein d'eau, le ravin il est dessous, on le voit pas, "par dessus un ravin" et c'est important d'aller sur l'autre, il dit quelque chose de l'autre rive et moi je suis même pas au milieu (*rapide*)
- Mi e<sub>1</sub>/56 et toi, tu n'es même pas au milieu, la Maryse n'est même pas au milieu
- Ma e<sub>1</sub>/57 non le pont
- Mi e<sub>1</sub>/58 oui
- Ma e<sub>1</sub>/59 moi je regarde le pont et le pont quand je le vois, il est même pas au milieu
- Mi e<sub>1</sub>/60 d'accord
- Ma e<sub>1</sub>/61 Et Pierre il dit « vous êtes sur l'autre rive et vous regardez et vous voyez le toit d'une maison » et moi, mon pont, il est pas fini (*avec de l'impatience dans la voix*)

### Ce que nous apprenons dans cet extrait :

Avant l'installation de la dissociée, je savais que Pierre avait dit « il y a un pont » et qu'il y avait eu un pont<sup>21</sup>. J'avais juste une vague impression qu'il ne s'était pas fait d'un coup et qu'il y avait des choses à déplier.

Qu'est-ce que nous apprenons que je ne savais pas avant l'installation de la dissociée ?

M2 dit "je", Mireille demande confirmation que c'est M2 qui dit "je", cela provoque une mise à distance de M2 qui laisse la parole à celle qui est en entretien avec Mireille, à moi donc, et ce jusqu'à la fin de l'extrait. Quand elle dit "je sais pas le décrire", c'est moi qui le dis parce que je reçois l'information de M2 mais ne sais pas la mettre en mot ou ne prends pas le temps de le faire.

Au moment où je lâche prise dans le rêve éveillé, j'écoute Pierre attentivement, il dit de se lever et de marcher, je me lève et je marche et, comme j'anticipe, je marche vers l'endroit où j'ai l'intention d'installer mon entité sans avoir décidé ce que j'allais installer, j'attends des précisions, j'écoute encore plus attentivement la voix de Pierre et je me prépare quand, tout à coup, Pierre dit "il y a un pont" et immédiatement émerge de l'arbre à libellules quelque chose de transparent que j'ai du mal à décrire, comme un cylindre, qui monte et qui avance au-dessus du lac, plutôt doucement, qui est légèrement bleuté parce que le turquoise du lac se reflète dedans. Le pont n'est pas fini, il n'y en a que la moitié, quand Pierre dit « vous êtes sur l'autre rive et vous regardez et vous voyez le toit d'une maison ».

Il faut noter que je m'accommode de l'absence de ravin en le remplaçant par le lac mais que

<sup>21</sup> Vous avez échappé au titre « Que le pont soit, et le pont fut ».

je ne peux pas m'accommoder de l'absence de pont, il m'en faut un impérativement. L'explication est peut-être dans le fait que le mot « pont » vient avant le mot « ravin » prononcé quand je suis déjà mobilisée par la création du pont.

***La création du pont : comment ? qui ?***

L'après-midi, nous débriefons nos entretiens pour décider de la suite. Nous avons envie de chercher, entre autres choses, ce que je fais pour créer ce pont.

Nous récapitulons pour préparer l'entretien

J'ai vu surgir le pont de l'arbre à libellules, mais qu'est-ce que je fais pour déclencher la création du pont ? Nous avons obtenu le mouvement de production de l'objet pont. Sur le lac il n'y a pas de pont et Pierre dit qu'il y en a un. Qu'est-ce qu'elle fait Maryse quand il n'y a pas de pont et que les mots de Pierre disent qu'il y en a un. Il en faut un. Il faut un pont. C'est une parole magique, il me faut un pont et le pont commence à sortir. Et le fait qu'il soit comme il est me surprend. Je dis qu'il me faut un pont, mon mouvement intérieur part à gauche, vers le lac, vers cette immensité, il n'y a rien, et le pont sort. C'est la parole de Pierre qui crée le pont. Dans le rêve, je sais bien que ce n'est pas vrai tout ça. J'avais lancé une intention éveillante à mon imagination, j'étais prête à créer n'importe quel nain avec barbe ou sans barbe ou tout autre personnage imaginaire, j'étais prête, il n'y avait plus qu'à le faire, alors un pont ! C'est rien, j'étais prête à le faire, il n'y a pas de choix, il dit il faut un pont, c'était compliqué de choisir un mentor ou une figure tutélaire, alors un pont ! Si j'avais dû mettre un sage, je me serais fabriqué un sage avec une grande barbe blanche, un toge, assis comme Gandhi et je me le serais composé. Il faut un pont, c'est la création par le verbe, il me faut un pont et y en a pas, c'est tout, il n'y a rien d'autre, peut-être que l'autre (la dissociée) peut aller voir. Et ça se fait malgré moi, je n'aurais jamais inventé un tel pont, j'aurais mis un bête pont tout plat. Quand ça se fait malgré moi, qui le fait ? Est-ce qu'on peut déplier ça ?

***La création du pont : comment ? qui ?***

**Je fais une création imaginaire. Par quels actes mentaux je fais exister le pont et qui le fait ?**

**Extrait de l'entretien 2**

Mireille me propose d'installer un lieu de conscience :

28'50]

- |    |                    |  |
|----|--------------------|--|
| Mi | e <sub>2</sub> /1  | Est-ce que tu serais d'accord de mettre un lieu de conscience  |
| Ma | e <sub>2</sub> /2  | oui  |
| Mi | e <sub>2</sub> /3  | qui s'arrêterait sur la Maryse qui est prête à créer quelque chose que Pierre va dire  |
| Ma | e <sub>2</sub> /4  | mm   |
| Mi | e <sub>2</sub> /5  | elle est prête à créer et Pierre dit "un pont"   |
| Ma | e <sub>2</sub> /6  | alors attend (10 s) Pierre il parle et Maryse elle l'écoute très très bien, elle écoute mais en fait, elle a déjà anticipé ( <i>vois très lente et très basse</i> )  |
| Mi | e <sub>2</sub> /7  | mm   |
| Ma | e <sub>2</sub> /8  | depuis qu'elle a descendu le rocher, elle marche,  |
| Mi | e <sub>2</sub> /9  | mm   |
| Ma | e <sub>2</sub> /10 | elle va vers la vigne sauvage mais en fait, en fait ( s) dans sa tête  |
| Mi | e <sub>2</sub> /11 | mm   |
| Ma | e <sub>2</sub> /12 | dans sa tête, il y a déjà une petite silhouette, c'est comme s'il y avait déjà la pâte à modeler et qu'il suffisait, après il faudra juste lui donner une forme, elle est déjà installée la silhouette, il s'agit juste après, une fois qu'il aura dit ce que c'est, de, elle est déjà là, l'endroit est déjà choisi, c'est juste qu'elle sait pas ce que c'est encore, elle va lui donner une forme |
| Mi | e <sub>2</sub> /13 | elle est prête à créer   |
| Ma | e <sub>2</sub> /14 | voilà  |

- Mi e<sub>2</sub>/15 elle a une silhouette en pâte à modeler  
 Ma e<sub>2</sub>/16 non pas en pâte à modeler, c'est comme  
 Mi e<sub>2</sub>/17 comme en pâte à modeler  
 Ma e<sub>2</sub>/18 il y a quelque chose, il y a une espèce de matière là, qui attend  
 Mi e<sub>2</sub>/19 qui attend  
 Ma e<sub>2</sub>/20 que, par la pensée, elle visualise quelque chose qui lui donnera une forme  
 Mi e<sub>2</sub>/21 mm par la pensée  
 Ma e<sub>2</sub>/22 mm  
 Mi e<sub>2</sub>/23 et depuis ce lieu de conscience, quand Pierre dit le mot "pont"  
 Ma e<sub>2</sub>/24 elle s'arrête, elle se tourne du côté du lac, elle bouge, elle marche plus vers là, elle marche de l'autre côté  
 Mi e<sub>2</sub>/25 et ce qui est comme de la pâte à modeler si depuis le lieu de conscience, est-ce qu'il est toujours là  
 Ma e<sub>2</sub>/26 elle y fait plus attention, elle s'en occupe plus, je sais pas  
 Mi e<sub>2</sub>/27 tu sais pas  
 Ma e<sub>2</sub>/28 je sais pas, elle regarde plus de ce côté  
 Mi e<sub>2</sub>/29 elle regarde plus de ce côté  
 Ma e<sub>2</sub>/30 non, non  
 Mi e<sub>2</sub>/31 elle regarde  
 Ma e<sub>2</sub>/32 elle continue à écouter de ce côté parce que Pierre, il parle de ce côté, et en fait, elle entend pas trop ce qu'il dit, puisque c'est "pont", voilà, elle est restée scotchée sur "pont"  
 Mi e<sub>2</sub>/33 oui, et quand elle est scotchée sur "pont"  
 Ma e<sub>2</sub>/34 et ben, elle se tourne de l'autre côté  
 Mi e<sub>2</sub>/35 mm  
 Ma e<sub>2</sub>/36 et y a pas de pont  
 Mi e<sub>2</sub>/37 d'accord  
 Ma e<sub>2</sub>/38 y a cette immense étendue d'eau, et puis les petits...  
 Mi e<sub>2</sub>/39 et comment elle fait alors pour savoir comment créer un pont quand il n'y a pas de pont et qu'elle vient de se tourner de ce côté  
 Ma e<sub>2</sub>/40 et ben, elle sait pas justement et elle est surprise (*mot très appuyé*), elle est surprise de voir ces petites gouttelettes qui montent, qui montent, qui montent et qui font et puis elle (6 s) elle sait pas d'où il vient ce joli pont avec cette forme d'arc en ciel, elle sait pas d'où il vient, il l'étonne, elle est très très étonnée, en fait l'eau elle monte toute seule et elle fait le pont mais elle sait pas elle d'où ça vient (8 s), et mon lieu de conscience, qu'est-ce qu'il dit là-dessus (10 s) ben il dit que là y avait une espèce de matière prête à être modelée  
 Mi e<sub>2</sub>/41 oui  
 Ma e<sub>2</sub>/42 et que de l'autre côté, y en a pas, il faut créer, y a rien (*ces informations sont données sur un rythme rapide*)  
 Mi e<sub>2</sub>/43 d'accord, et comme il y a rien  
 Ma e<sub>2</sub>/44 on prend ce qui y a  
 Mi e<sub>2</sub>/45 on prend ce qui y a  
 Ma e<sub>2</sub>/46 voilà  
 Mi e<sub>2</sub>/47 d'accord et qui est-ce qui prend ce qui y a  
 Ma e<sub>2</sub>/48 c'est celle qui marche  
 Mi e<sub>2</sub>/49 c'est celle qui marche, et celle qui marche  
 Ma e<sub>2</sub>/50 qui a changé de direction  
 Mi e<sub>2</sub>/51 qui a changé de direction elle fait comment pour prendre ce qui y a  
 Ma e<sub>2</sub>/52 en fait euh elle prend les taches de lumière et de couleur et elle les monte pour en faire un pont, c'est tout, les matériaux, ils sont là à la surface du lac et pfittt, voilà, en fait c'est comme, de l'autre côté elle avait préparé sa matière qu'on sait pas ce que c'est, et puis là, y en a pas mais elle y est aussi la matière, y en a sur le lac, y en a tant qu'on veut pour faire le pont (*le rythme de parole est normal mais*

*entre chaque assertion, il y a un petit blanc)*

Mi e<sub>2</sub>/53 mais elle prend pas la matière avec les mains  
 Ma e<sub>2</sub>/54 noooooon, noooooon  
 Mi e<sub>2</sub>/55 noooooon  
 Ma e<sub>2</sub>/56 elle, dans sa tête elle voit  
 Mi e<sub>2</sub>/57 oui  
 Ma e<sub>2</sub>/58 ça se fait comme, comme une mise en place d'image, je veux pas dire un film, parce que c'est pas un film là  
 Mi e<sub>2</sub>/59 doucement doucement doucement là  
 Ma e<sub>2</sub>/60 elle installe une image dans sa tête par petits morceaux [35 ']  
 Mi e<sub>2</sub>/61 elle installe une image dans sa tête par petits morceaux  
 B e<sub>2</sub>/62 et quand elle installe une image par petits morceaux, comment elle fait  
 Ma e<sub>2</sub>/63 ben là il surgit le gros machin là, le cylindre d'eau, de l'arbre  
 Mi e<sub>2</sub>/64 mm mm  
 Ma e<sub>2</sub>/65 ça elle fait pas grand chose hein  
 Mi e<sub>2</sub>/66 mm mm et  
 Ma e<sub>2</sub>/67 et et et elle voit ça dans sa tête, elle voit ça et après elle voit les petites étincelles d'eau qui montent, enfin les petites gouttes, les petits éclats d'eau et tout ça, ça monte  
 Mi e<sub>2</sub>/68 mm mm  
 Ma e<sub>2</sub>/69 et ça se, voilà, ça fait la grande arche  
 Mi e<sub>2</sub>/70 et peut-être, juste au moment où ça commence, peut-être ou peut-être pas, y a peut-être quelque chose dans sa tête qui bouge, ou qui vibre ou pas  
 Ma e<sub>2</sub>/71 ben c'est les couleurs qui bougent pour faire l'image,  
 Mi e<sub>2</sub>/72 c'est les couleurs qui bougent et qui fait bouger les couleurs ?  
 Ma e<sub>2</sub>/73 (15 s) c'est celle qui écoute Pierre et qui sait qu'elle doit fabriquer quelque chose  
 Mi e<sub>2</sub>/74 mm  
 Ma e<sub>2</sub>/75 c'est celle qui écoute Pierre  
 Mi e<sub>2</sub>/76 oui c'est celle qui écoute Pierre  
 Ma e<sub>2</sub>/77 c'est pas celle qui marche, c'est l'autre, celle qui est dans le fauteuil  
 Mi e<sub>2</sub>/78 mm mm, mais comment elle s'y prend avec les couleurs qui sont là  
 Ma e<sub>2</sub>/79 c'est pas des couleurs, c'est que de la lumière  
 Mi e<sub>2</sub>/80 c'est de la lumière qui fait comme des taches de couleur, tu as dit, ça scintille  
 Ma e<sub>2</sub>/81 en fait c'est les taches de lumière blanche quoi  
 Mi e<sub>2</sub>/82 mm  
 Ma e<sub>2</sub>/83 y a pratiquement plus de couleurs dedans  
 Mi e<sub>2</sub>/84 mm  
 Ma e<sub>2</sub>/85 c'est les taches de lumière qui montent, qui s'agglomèrent  
 Mi e<sub>2</sub>/86 et comment elle fait pour, dans sa tête, les faire monter, s'agglomérer, est-ce qu'il y a quelque chose  
 Ma e<sub>2</sub>/87 le départ il surgit, il surgit et après elle accompagne (*appuyé*), elle accompagne la montée des petites taches de lumière  
 Mi e<sub>2</sub>/88 mm et quand elle accompagne la montée  
 Ma e<sub>2</sub>/89 et ben, ça va pas assez vite, parce que Pierre il est déjà en train de dire qu'il faut aller sur le pont (*fort et rapide*)  
 Mi e<sub>2</sub>/90 mm et mais quand elle accompagne, c'est quoi qui accompagne  
 Ma e<sub>2</sub>/91 c'est le, le rayon visuel dans l'image qui part de la surface de l'eau, qui prend les taches de lumière et qui les montent  
 Mi e<sub>2</sub>/92 mm mm  
 Ma e<sub>2</sub>/93 mm mais ça va pas vite  
 Mi e<sub>2</sub>/94 non, ça va pas vite  
 Ma e<sub>2</sub>/95 ça va pas assez vite  
 Mi e<sub>2</sub>/96 (6 s) il faut  
 Ma e<sub>2</sub>/97 et puis Pierre il dit que « tu descends sur l'autre rive » et elle l'écoute plus là,

puisqu'il est pas fini le pont (5 s) celle du fauteuil l'écoute plus  
 Mi e<sub>2</sub>/98 mm mm  
 Mi e<sub>2</sub>/99 Je crois qu'il faut qu'on fasse une pause parce que je n'arrive pas à trouver la question que je voudrais poser, j'ai peur que je casse tout  
 Ma e<sub>2</sub>/100 je sors là, je sors, peut-être que je l'ai attrapé sans le dire, dis-moi ce qui manque

Pause

Pendant la pause, nous continuons et nous obtenons des informations supplémentaires.

Mi tu es bien en train de nous décrire que tu fabriques un rayon visuel  
 Ma non je le fabrique pas, je l'ai le rayon visuel  
 Mi il faut bien qu'il surgisse  
 B tu l'accompagnes, tu as utilisé le mot "accompagne"  
 Mi tu concentres un rayon visuel...  
 Ma en fait c'est le regard, c'est compliqué, celle qui est sur le fauteuil, c'est comme si elle était dans celle qui marche au bord du lac et comme elle est en train de créer, elle lance un regard visuel, elle lance une direction comme ça, qui est presque matérielle et qui fait que c'est comme si elle attrapait les petits grains de lumière et qu'elle les monte  
 Mi et tout ça on l'a, ce que j'essayais  
 Ma mais tout ça est très lent parce qu'il y en a beaucoup des grains à monter  
 Mi et  
 Ma alors que le début du pont a surgi à toute allure, le début du pont, il s'est fait tout seul  
 Mi mais avant il a fallu le rayon attentionnel, etc.  
 Ma en fait c'est, oui voilà, oui c'est ça  
 Mi j'essayais de formuler une question pour, y a le rayon attentionnel, mais est-ce qu'il est plus ou moins fort, plus ou moins doux, est-ce qu'il a une certaine force ou pas, euh, il part d'où  
 Ma il part de la surface, il part de moi, de l'œil  
 Mi mm  
 Ma et puis l'arrivée, c'est surface du lac, ça monte,  
 Mi mais là  
 Ma et puis là, ça redescend pas, c'est un autre qui part, qui monte  
 Mi et puis là, ça redescend pas, un autre qui part qui monte, ça on l'a encore en plus, et tu as dit que c'était presque comme matérialisé  
 Ma oui, ça a une consistance, un peu comme  
 Mi on pourrait peut-être avoir aussi une autre indication, c'est la force du mouvement, quand il repassait la deuxième fois ou la troisième fois, et la quatrième fois et parce que ça s'élevait lentement  
 Ma ça le fait un certain nombre de fois calmement et puis après il y a tout qui se brouille parce qu'il faut déjà être de l'autre côté, ça se brouille, la construction est perturbée  
 Mi donc on a comment elle crée le pont, elle le crée avec son regard qui devient un rayon lumineux, qui prend, etc. on l'a et il part de ses yeux  
 Ma des yeux de celle qui est évoquée par celle qui est dans le fauteuil  
 Mi c'est celle qui est dans le fauteuil qui déclenche le tout  
 Ma oui  
 Mi et ce qu'on n'a pas, il faut regarder comment ça passe de la Maryse qui est dans le fauteuil et qui déclenche le départ,  
 ...  
 Ma en fait c'est celle qui est sur le fauteuil qui pilote l'autre, qui pilote  
 B par le rayon optique, c'est ça  
 Mi le rayon visuel  
 Ma par l'évocation, attendez, c'est pas une vraie évocation parce que ce n'est pas une scène réelle mais c'est comme si c'était une évocation où je mets ce que je veux, enfin ce que Pierre me dit de mettre à côté  
 Mi mais c'est une création  
 Ma elle est mixte, elle est mixte la création, la plage de galets, elle existe, le lac, il existe, les ro-

chers d'où je descends, ils existent, ce qui n'existe pas c'est que un jour j'entends Pierre qui me dit "mets-toi à marcher", ça, ça n'a jamais existé en vrai, jamais j'ai entendu la voix de Pierre me dire "marche, lève toi, avance", voilà, ça c'est nouveau

Mi ça c'est pas le problème, on imagine toujours à partir de choses existantes même si on sait qu'elles sont existantes dans notre inconscient, ...mais il y a bien un moment où tu décides de le créer ce pont et on n'a pas

Ma je suis consentante pour créer quelque chose, j'attends un bonhomme ou un animal

Mi mais tu décides

Ma ça c'était déjà décidé la création, le seul truc c'est que je savais pas quoi

Mi non, non non, tu es en attente, tu décides que tu es prête pour ça, OK, mais ensuite tu vas créer une chose particulière qui s'appelle pont

Ma j'ai pas le choix

Mi d'accord t'as pas le choix mais tu fais comment pour trouver le matériau, tu me diras, il est là juste devant moi, je serais une conne de pas le prendre, mais il y a un acte mental au départ

Ma oui mais ça c'est, j'y ai pas accès à ça

Mi pour l'instant, pour l'instant

Ma pour le moment j'y ai pas accès, j'y ai pas accès à ça

Mi on a déjà tout le reste tu te rends pas compte

B il manque juste le déclencheur

Ma mais c'est la force de la voix, je suis en méta là, mon explication à moi c'est que il dit y a un pont, je suis dans un consentement total, je suis complètement prête à me laisser guider par sa voix, pour faire ce qu'il dit de faire, manque de bol, c'est pas ce que j'attends, il dit pont, je me tourne puisque c'est pas du même côté que ça se passe, et ben, que je crée un mentor ou un pont,

B non c'est pas pareil, c'est pas les mêmes matériaux

Ma je suis dans l'attente, dans l'anticipation de quelque chose qu'il va faire exister par sa voix

Mi tu étais dans l'attente et t'avais déjà préparé un matériau

Ma et de l'autre côté y en a pas, mais si y en a et je le prends, c'est un transfert

Nous devons arrêter, il est 18h, j'ai un rendez-vous.

## Ce que nous apprenons dans cet extrait du deuxième entretien et dans les compléments de la pause :

L'installation du lieu de conscience est immédiate, fulgurante même. Je peux le retrouver en auto explicitation, la chouette s'installe sur le tilleul, elle regarde la véranda, quand je me tourne vers elle, elle me transmet les informations avec des mots immatériels. Je n'ai pas besoin de chercher pour verbaliser, ça se fait tout seul. Cette partie de l'entretien est extrêmement lente, l'écoute du fichier audio montre bien que chaque fois je vais chercher l'information auprès de mon lieu de conscience informatrice.

Mireille ne fait pas de vérification de l'installation de lieu de conscience, elle dira après que c'était évident. Bienvenu a confirmé.

Je redis avec plus de détails ce que j'ai dit dans le premier entretien (là encore comme cet hiver<sup>22</sup>, je continue à déployer).

Je décris le moment où j'étais prête à créer une entité sur l'induction de Pierre, c'était comme si la matière pour la faire était déjà disponible et qu'il ne restait plus qu'à lui donner une forme visualisée par ma pensée sous l'effet des mots de Pierre ; je vais voir quelque chose en pensée et je vais modeler l'entité pour reproduire ce quelque chose. Quand Pierre dit "pont", j'arrête ma marche vers la droite, vers la vigne sauvage où j'ai l'intention d'installer l'entité et me tourne vers le lac qui est à gauche. Je n'entends plus ce que dit Pierre. Je suis étonnée, sidérée même par ce qui se passe. Qui est étonnée ? Celle qui fait le rêve éveillé, donc moi. À partir du cylindre d'eau qui a émergé de l'arbre à libellules, des gouttelettes d'eau montent toutes

<sup>22</sup> Quand je fais référence à cet hiver, je fais référence à l'écriture des deux articles parus dans *Expliciter* 94 et 95, *Explorer un vécu sous plusieurs angles*.

seules, je ne sais pas d'où ça vient et de moi-même j'interroge mon lieu de conscience qui m'informe et m'explique ce qui s'est passé : j'avais la matière pour faire une entité sur induction de la voix de Pierre, il faut faire autre chose, je transfère le processus que j'avais anticipé et je l'adapte à l'induction inattendue et surprenante de faire un pont. De mon anticipation, je garde le processus de création, je change seulement l'objet à fabriquer et la matière. Il me faut de la matière, je prend ce qu'il y a, or à gauche, il n'y a que de l'eau, je prends donc de l'eau, je prends les taches de lumière sur le lac il y en tant qu'on veut. (j'ajoute « et de couleurs », c'est encore parce que je verbalise trop vite et ne prends pas le temps de tout décrire pour Mireille et Bienvenu, en réalité il n'y a pas de couleurs, la couleur est donnée par le reflet du lac dans les gouttelettes d'eau et dans le cylindre d'eau, ce qui me fait parler d'étincelles de lumière).

Nous avons déjà le contenu de conscience, le processus de création du pont. Là, Mireille a l'habileté de continuer à questionner du côté du "je" et des actes. Elle cherche les deux autres parties de la flèche<sup>23</sup> (ego, noèse, noème).

Quels sont mes actes de conscience ? (pôle noétique de la conscience)

Dans ma tête je vois et j'installe une image par petits morceaux pour faire le pont imaginaire, avec l'impression de ne rien faire, l'impression que ça se fait tout seul, que les petites gouttes montent et s'assemblent toutes seules pour faire une grande arche en forme d'arc en ciel. Le cylindre d'eau surgit. (Comment ? il nous manque ce que je fais pour qu'il surgisse.)

Ensuite, j'accompagne par mon rayon visuel le mouvement amorcé par le cylindre, il part un rayon visuel vers l'eau du lac, ce rayon monte une goutte, ou un paquet de gouttes, un autre rayon part et monte d'autres gouttes et ainsi de suite de telle façon que le pont avance au dessus du lac. Dans l'image que je construis, mon rayon visuel part de la surface de l'eau, il prend les taches de lumière et il les monte. Le rayon visuel supporté par mon regard se matérialise avec une certaine consistance comme un fil métallique tendu, ou plutôt comme une droite dessinée sur une feuille de papier, c'est une direction)

Qui fait tout ça ? (pôle égoïque de la conscience)

De mon fauteuil dans la véranda je lance mon rayon visuel comme si j'étais dans M1 (celle du rêve éveillé), le rayon visuel est celui de celle du fauteuil, c'est-à-dire moi ; il part des yeux de M1, et va prendre les gouttelettes d'eau/ étincelles de lumière dans le lac pour les monter, c'est lent, il faut en monter beaucoup. Je le fais un certain nombre de fois calmement. L'image se remplit comme se remplit une évocation, par petits bouts, mais au lieu de laisser venir ce qui vient, je mets ce que je veux, j'ai le choix. Dans cette phase, je n'écoute plus Pierre, je suis complètement absorbée dans la fabrication du pont mais j'entends "autre rive" et mon pont n'est pas fini. Alors le processus se brouille, s'interrompt et je me retrouve instantanément sur l'autre rive, puis sans monter le chemin parce que je n'ai plus le temps, devant la porte de la maison.

Pour résumer

Le processus de création est prêt à fonctionner, il suffit de changer de forme et de matériaux.

Comment (pôle noétique) ? J'ai créé le pont avec mon regard qui devient un rayon lumineux comme une droite, une direction, qui prend les paquets de gouttelettes d'eau / étincelles de lumière, qui les monte et ainsi de suite. Le rayon part des yeux de M1 évoquée par celle qui est dans le fauteuil.

Qui le fait (pôle égoïque) ? C'est celle qui écoute Pierre, celle qui sait qu'elle doit fabriquer quelque chose, celle qui est dans le fauteuil dans la véranda. C'est donc celle qui est dans le fauteuil qui déclenche le tout, c'est elle qui pilote l'autre.

Quoi (pôle noématique) ? Voir les données du premier extrait.

Il ne manque que le surgissement du cylindre qui semble encore surgir tout seul. Je ne sais pas ce que j'ai fait pour le faire surgir. Ai-je fait quelque chose ? La seule explication que j'en ai

<sup>23</sup> C'est ce que j'infère à partir de ses relances.

aujourd'hui, c'est que je n'ai rien fait sauf d'être attentive, consentante et dans un lâcher prise total quand j'attendais le nom de ce que j'allais devoir créer, quand j'ai entendu le mot « pont ». Je fais l'hypothèse que c'est le mot « pont » qui a été le déclencheur et qui a fait surgir le cylindre sur lequel repose le début du pont. C'est un pur effet perlocutoire.

## Commentaires et remarques

Je vous les livre en vrac par manque de temps pour faire d'autres reprises de cette première écriture.

### **De nouvelles informations**

A la fin du rêve éveillé, je savais seulement qu'un pont de cristal était apparu après les mots prononcés par Pierre « Il y a un pont » et que j'avais ressenti un très grand étonnement. Après l'explicitation je savais comment j'avais créé ce pont de gouttelettes d'eau et d'étincelles de lumière, émergeant d'un arbre à libellules dans un cylindre d'eau, je savais le décrire et je savais qui l'avait créé. En transcrivant et en travaillant la transcription, je découvre encore de nouvelles choses, des choses que je n'avais pas comprises en cours d'entretien.

### **Qui a créé le cylindre d'eau, premier élément du pont ?**

Je remarque une quasi concomitance entre mon lâcher prise total et les mots de Pierre « il y a un pont ». L'effet perlocutoire est immédiat et très fort. Est-ce le déclencheur recherché ? Quelle question aurait-il fallu poser pour que je le confirme (ou l'infirmes) ?

### **Temps subjectif et temps physique**

Dans mon temps subjectif, j'entends « pont », poff, le pont émerge, il avance sur le lac (c'est cette phase qui a dû être longue), j'entends « toit d'une maison », je commence à traverser (en réalité je ne vais pas plus loin que le pied du pont planté dans l'arbre à libellules, et tout de suite je suis devant la porte de la maison. L'enregistrement me permet de dire que le temps construit, celui que nous partageons, a avancé d'une minute. C'est un « gros » vécu.

### **Incompatibilité entre le remplissage enveloppant du vécu et la linéarité du discours**

Dans le deuxième entretien, sous l'effet du questionnement de mon B, beaucoup d'informations sont arrivées, mais comme le langage est linéaire, je ne pouvais pas les verbaliser toutes en même temps. Toutefois j'en disposais, j'en dispose encore aujourd'hui, c'est ainsi que j'ai pu compléter les informations données à mes B juste après l'entretien. J'ai aussi retrouvé certains éléments en écrivant ce texte quand je me suis aperçue qu'il manquait quelque chose. Pour des choses aussi fines que ce que nous recueillons et aussi profondes, tout n'est pas dans l'enregistreur, il en reste dans mon monde intérieur. La médiation de B m'a permis d'en réfléchir une partie, je peux aussi recontacter le flux de sensations proto sémiotisées, j'en dispose, et si je les note après l'entretien, ce sont des données disponibles. Ce qui est étonnant et où je retrouve ce qui s'était passé cet hiver avec les entretiens de Claudine, c'est que je peux en retrouver la saveur comme au moment de l'entretien, c'est présent et si je le recontacte, je peux le décrire. Mon expérience et mon monde intérieur sont bien plus riches que ce dont je peux rendre compte à mon B en entretien. Toute seule, je n'aurais pas réussi à trouver tout ça, il me fallait une médiation de B entre moi et moi.

Je sais par exemple que j'ai saisi au passage des informations sur la posture de M2, sur ses vêtements pour confirmer que c'était bien elle, que j'ai entendu le bruit des ailes de la chouette dans son vol lent et lourd. J'ai perçu les déplacements de M2 partant chercher les informations là où elles étaient.

Je dis aussi des choses inutiles parce que je veux en informer mon B, je le sais, je ne le dis pas pour moi, mais pour mon B. Par exemple

Ma e<sub>1</sub>/41 il y a un endroit il y a un arbre, qui est tantôt dans l'eau, tantôt pas dans l'eau selon la hauteur du lac, que nous appelons l'arbre à libellules parce qu'il est plein de libellules bleues

Cela n'a rien à voir avec la description cherchée, c'est évident, sauf la dénomination de l'arbre qui participe de la poésie de ma création imaginaire.

### **Une hypothèse qui reste à valider**

La dissociée personnelle M2 m'envoie un flux de pures sensations, un déjà-là informe que je peux saisir et sémiotiser, puis mettre en mots, une proto sémiotisation en quelque sorte. La dissociée non personnelle M3 me donne des informations déjà prêtes à être verbalisées, elle me fournit les matériaux pour décrire, une sémiotisation non verbale.

D'où l'idée utile pour moi si ça se confirme : utiliser l'une pour retrouver toute l'épaisseur et toute la saveur de mon vécu, l'autre pour décrire factuellement.

À confirmer ou à infirmer par un contrexemple.

### **Expertise ès dissociées**

Le mot « dissociée » me fait installer une co-identité et l'expression « lieu de conscience » convoque la chouette (j'ai rappelé ce jour-là des entités que je connaissais et qui avaient déjà bien produit).

A ce sujet, est-ce que c'est un début d'expertise de travail avec les dissociés, comment ce serait si je les convoquais toute seule, en auto-explicitation, sans B ? Puis-je signer un contrat de travail avec elles ?

Quels pourraient être des critères d'expertise ès dissociés pour B ? pour A ?

### **Savoir questionner, savoir décrypter des protocoles**

En m'appuyant sur le travail de cet hiver et sur la rédaction du compte-rendu de saint Eble 2012 qui m'a ramenée bien souvent à Saint Eble, cet article a surgi de mon ordinateur comme le pont de l'arbre à libellule, et sans effet perlocutoire autre que le mien et l'envie irrésistible d'aller voir ce protocole de près.

Le travail de cet hiver me donne des raccourcis d'analyse, je suis allée vite pour trouver ce que je livre ici dès que le protocole a été propre. Il faut dire que la transcription aide à se familiariser avec les données, sans tout dévoiler. Mais ça imprègne. Faire la transcription permet de repérer les éléments signifiants de l'entretien et cela, nous le savons bien.

Le travail de cet hiver (très long !) et la participation au stage de niveau II de juillet m'ont apporté des connaissances théoriques et expérientielles que j'ai eu le plaisir de réinvestir dans mes accompagnements de B de l'Université d'Été. Mes vécus de A avec dissociées m'ont montré à quel point B doit être encore plus attentif au langage de son A, devenu hypersensible aux mots quand il est en compagnie de dissociés, et au mode d'adressage quand il s'adresse à une foule d'instances parlant toutes par la même bouche.

### **Un grand merci à mes co-chercheurs**

Il me reste à remercier Mireille et Bienvenu de m'avoir offert la description de la création de ce pont éblouissant et à souligner l'accompagnement très ferme et très posé de Mireille qui ne m'a jamais laissée partir (voir plusieurs exemples dans les deux extraits) et qui a constamment ramené mon attention vers ce que nous cherchions d'un commun accord.

## Sommaire 96

1 – 7 Le geste mouvement incarné du sens. Nadine Faingold.

8- 18 Saint Eble 2012 : Aller plus loin dans l'explicitation. Exploration des techniques de décentration et de leurs effets. Maryse Maurel

19- 27 Témoignage sur le stage de Juillet, dit « niveau » 2, Claudine Martinez.

28 - 42 Autour d'un changement de consigne Déplacez votre lieu de conscience. P. Vermersch

43 – 55 « Il y a un pont ... » Un exemple de travail de l'imaginaire. Maryse Maurel

### S é m i n a i r e

**Vendredi 16 novembre 2012**

de 10h à 17 h 30, 34 avenue Reille 75014 Paris

*Discussion des articles avec les auteurs*

**Samedi 17 novembre**

**Atelier de pratique de l'ede, Reille même salle**

(9 h 30 à 17 h )

Après Genève et Lugano,  
voici *le troisième colloque*  
**d'Antenne Suisse Explicitation**  
qui aura lieu à la

**Haute Ecole Pédagogique de Fribourg**  
les 23 et 24 novembre 2012.

Ce colloque s'articule en deux parties:

Le **Vendredi 23 novembre 17h30 à 19h30**, une "conférence chorale" sur le thème "**Les exemples de pratique, source de connaissance? Une richesse insoupçonnée...Oui, à condition de savoir s'y prendre!**"

« **Soliste** » : Vittoria Cesari Lusso  
« **Le Chœur** » : Armelle Balas-Chanel,  
Karin Leresche Boulliane,  
Sonja Pillet et Alberto Cattaneo

Le **Samedi 24 novembre de 9h30 à 16h**, un atelier à choix pour la journée

**Atelier 1. Sensibilisation à l'explicitation**

**Atelier 2. Explicitation et VAE avec Armelle Balas Chanel.**

**Atelier 3. Choisir l'exemple**

Intervenants : Equipe d'Antenne Suisse Explicitation et Armelle Balas-Chanel du GREX (Paris)

Pour recevoir les documents... programme, inscription...vous pouvez contacter

Hana Tarabori, responsable logistique du colloque  
[Hana.smile@bluewin.ch](mailto:Hana.smile@bluewin.ch)

## Brèves

### Formations Lyon Armelle Balas

Il reste encore quelques places dans les stages programmés à Lyon par Armelle Balas-Chanel - pour le stage

Accompagner l'analyse de pratique : 8, 9, 10 janvier 2013 et 3, 4 avril 2013.

- pour le stage de base : Techniques d'explicitation les 15, 16, 17 janvier 2013 et 19, 20 mars 2013

Pour vous inscrire :

[armelle.balas@orange.fr](mailto:armelle.balas@orange.fr) ou 06 10 69 68 43

### La prochaine réunion de REFLEX,

Réseau lorrain pour l'entretien d'explicitation, se tiendra le 30 novembre 2012, de 9h à 12h, à la faculté de lettres, bd Albert 1er.

Ordre du jour

- Usages de l'entretien d'explicitation : questions et projets
- Nouvelles du GREX ; le livre de Pierre Vermersch « Explicitation et phénoménologie »
- Atelier d'entraînement

Le lieu exact de la réunion vous sera communiqué prochainement.

Vous trouverez la fiche détaillée du module de base de l'entretien d'explicitation programmé en mars-avril 2013 sur le site de l'Université de Lorraine, Module de base Entretien d'explicitation

Bien cordialement,

Patricia Rottement 06 75 03 03 89

*A paraître sur le site [grex2.com](http://grex2.com)*

Rajout en page d'accueil de deux onglets à droite des onglets « stages » :

Le premier concernera **la liste des formateurs certifiés et en cours de certification.**

Le second la liste les livres publiés

### « Explicitation et phénoménologie »

Le nouveau livre  
de Pierre Vermersch  
Presses Universitaires de France  
en vente depuis le 2 mai.