

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 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 décentration¹, du

¹ 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*² 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

Quand ?	Quoi ?
<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.

² 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 V1³, 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 A⁴ ou de B. C'est un outil de plus pour les cas où le besoin s'en fait (ou s'en ferait) sentir.

³ 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.

⁴ 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 second⁵.

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'exprimer⁶, 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-

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

⁶ 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 observations⁷.

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, tu⁸ 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).

⁷ Voir l'article de Pierre dans ce même numéro.

⁸ 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 débriefier.

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 débriefier le contenu ; cela relèverait d'un travail thérapeutique ou d'un travail sur le symbolique⁹ ; 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 débriefier 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

⁹ 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 conscience¹⁰, 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 pont¹¹ ? 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, déco, 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

¹⁰ 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.

¹¹ 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 adresses 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 expérimentale 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