

# Quand évoquer et décrire son vécu n'est pas l'imaginer.

*Tentative de définition de repères de validation pour une recherche en première personne*

Jacques Gaillard

## Les préliminaires :

Cela commence avec l'intention de faire l'expérience d'un « dessin » de l'activité subjective (Expliciter n° 58, janvier 2005). Après avoir fait apparaître des aspects assez évidents d'un vécu (langage interne et sensations), il me faut plonger en comprimant mon attention, entre ces deux saillances pour faire apparaître un aspect très discret, pour ne pas dire masqué : une valence positive, une gaieté interne, décrite à son origine comme une cavité aux parois douces et élastiques, à la couleur plutôt claire, tapissant thorax et abdomen, qui se développe en bien-être.

De cette expérience de description, une question m'est apparue à la relecture des données recueillies : n'ai-je pas imaginé, voire rêvé ce que je pensai avoir écrit ?

En termes plus phénoménologiques, l'« en-soi » du vécu s'est-il révélé à moi ou bien, ai-je, par surdose de visée à vide, fini par me laisser submerger par les mirages de mon imagination et construit une réalité fictionnelle ? (Mais peut-on faire autrement que construire une réalité ? Une question plus pertinente pourrait être de savoir ce sur quoi nous nous appuyons pour construire ce que nous nommons réalité...)

Il m'a fallu un certain temps pour entendre le message (discret) de Pierre m'invitant à tenter une différenciation des deux, en réalisant tout simplement, c'est une évidence (maintenant), une expérience d'imagination à propos de ce même vécu. Élémentaire, mais curieusement, ce qui pourrait se donner simplement nous est généralement peu familier...

## Les préalables :

J'éprouve une impression de légèreté, saisi lors d'un mouvement de rasage suspendu dans son trajet. De là émerge le langage interne qui l'a engendré. Un effort intense de visée à vide entre ces deux saillances me permet de dégager l'existence d'une valence et d'en réaliser une description selon une granularité assez fine. Les actes mentaux m'ayant permis de dégager

ce micro-moment de vécu très discret pour en réaliser un « dessin » se résument à ceux-ci :

Maintenir spatialement mon attention entre ces deux moments,

Faire taire tout souci de recherche et maintenir ma visée en position d'accueil patient,

Revenir à cet espace, qui ne sait pas encore se nommer par une douce compression de mon attention chaque fois qu'une dérive l'emmenait vers ailleurs,

Me donner en langage interne répété le mot de valence.

J'ai renouvelé plusieurs fois cette expérience. Je le sentais, celle-ci me rapprochait à chaque fois davantage de ce qui, possiblement, pouvait émerger. C'est finalement stabilisée une image qui s'est définie au fil de ma description. A aucun moment je n'ai douté de l'authenticité de ce qui m'apparaissait et que je tentai de saisir en le mettant en mots. C'est ensuite, à la relecture du texte que l'ombre embarrassante du doute s'est glissée en moi.

## Premiers éléments de différenciation :

J'ai donc repris le chemin des deux saillances et me suis immiscé entre elles pour, cette fois-ci non pas décrire, mais imaginer.

La première chose qui m'apparaît est qu'il me faut contourner, en les réduisant par une suspension, les procédures mentales que je mets en oeuvre dorénavant assez spontanément pour décrire. Ce qui n'est pas facile, car la visée à vide en gardant une saisie focalisée s'impose maintenant à moi comme une nouvelle habitude. Je retrouve effectivement non seulement ma description de la valence, mais aussi les gestes mentaux qui l'ont portée à la conscience. Ce qui m'empêche de tenter une expérience d'une autre nature.....

Je me vois en effet ou observer d'un regard furtif ce qui m'est déjà familier (cette cavité aux parois souples), ou me remettre en position de visée à vide. Il me faut donc nécessairement mettre en œuvre de nouvelles procédures de façon intentionnelle ; je me donne alors ces trois intentions :

a- Viser précisément entre les deux saillances en allant chercher de l'information,

b- Tourner l'attention vers ce moment sans exigence de visée précise,

c- Lorsque je suis en position d'accueil sensoriel et mental de ce moment là, faire autre chose que décrire.

a- Si je place mon attention dans ce moment en allant chercher, deux évènements m'apparaissent immédiatement :

Un obscurcissement immédiat de l'image qui se forme, s'accomplissant en noir complet, puis l'abandon de l'évocation qui me dépose quasi instantanément hors de moi, dans le monde qui m'entoure (ce qui pourrait expliquer la suspicion de ceux ayant tenté l'expérience sans le support d'une technique efficace).

Un durcissement sensoriel de mon état interne. Ma musculature se tend, me comprimant dans un espace plus restreint, comme figé, glacé. Je perds manifestement en flexibilité, mais aussi en écoute et en disponibilité. C'est très désagréable et absolument stérile quant à l'imagination.

b- Sans exigence de visée précise, mon regard interne se fait erratique, glisse d'une saisie grossière à une autre, comme si rien ne pouvait ralentir sa furtivité. Je suis en terrain connu, mais que je considère mollement, comme on le ferait d'un panorama. Rien de nouveau ne se forme, hormis cette sorte de kaléidoscope d'images fugaces (ce qui laisserait entendre que pour évoquer et décrire, il faudrait nécessairement produire, à un moment, un acte mental de stabilisation). Si je laisse glisser davantage mon attention, pensant trouver dans un surplus de laisser-aller une hypothétique imagination, il se passe alors ceci :

C'est sensoriellement très agréable, comme une rêverie caressant les découverts mentaux qui se délivrent de façon aléatoire et sporadique. C'est flottant, souple, ça laisse une extrême porosité avec le monde externe, comme si je pouvais entrer et sortir de mon monde interne pour retrouver l'externe. Se constitue l'image d'une suite d'images qui, bien qu'ayant une épaisseur en termes d'impression, ne pourrait absolument pas être décrite. Cela reste effectivement très « impres-sif » et je ne pourrais pas en constituer une représentation précise.

Je ne me sens là ni dans la description ni dans l'imagination qui appelle, me semble-t-il, la construction de formes, de scénarios qui,

même s'ils sont distanciés du réel, sont saisissables. (Je pense à Bachelard, pour qui « rêver n'est pas imaginer, car imaginer n'est qu'une autre organisation du réel »). Pour imaginer, il faut mentalement faire autre chose et davantage que laisser flotter son attention, ou sans doute la laisser flotter différemment, à des moments différents, à propos d'objets différents. Voyons un peu.

c- Rêver suppose, me semble-t-il, un mode attentionnel ouvert sans saisie d'objet précis. J'ai ce pressentiment qu'imaginer est un acte mental spécifique dont les caractéristiques seraient une construction distanciée, déplacée volontairement du réel, tout en gardant une relation avec lui. Il différerait du rêve en ce qu'il garde un souci de relation au réel ; il différerait de la description du réel en ce qu'il pose explicitement sa mise à distance (ce qui n'empêche pas de le faire de façon involontaire). Il me semble que dans l'intention d'imaginer, je suis obligé de faire quelque chose de moins et quelque chose de plus que lorsque je ne fais « que » décrire. En moins, il y aurait une forme de détente de la saisie mentale tout en maintenant en prise son objet, qui permettrait cette liberté dont pourrait jouir l'imagination pour vagabonder et jouer du réel. Il me semble également que la modalité attentionnelle change ; bien que restant en accueil, elle prend une autre tonalité (je n'arrive pas à la nommer aujourd'hui) et intègre simultanément une autre dimension : l'intérêt porté aux espaces laissés libres par le jeu permis dans la saisie. Sensoriellement, ça devient un peu plus souple.

En plus, au lieu de laisser l'image apparaître et se stabiliser en me laissant comme traducteur fidèle, mais passif de ce qui sourd de moi, lorsque j' imagine, je tourne mon attention vers la production émergente de traits, de volumes, de mises en relations, de déplacements, de déformations qui me détachent sensiblement de ce que je vise et que je garde en saisie, sans me le faire perdre de vue toutefois. Cette production me paraît avoir un volume considérable par rapport à ce qui se donne en général chichement par la seule description.

Lorsque j' imagine, je me sens couper le lien qui unit ma description à l'image interne sensorielle, dans sa lente émergence ; plus exactement, le champ de tension se détend pour ouvrir un espace à la production d'images qui, détachées de la contrainte d'authenticité, jouissent alors d'une énorme liberté. D'où leur pro-

fusion, leur aspect baroque qui, ainsi qu'il en est souvent dans la création artistique permet une autre visée, une autre vision du « réel ».

### **Rêver, imaginer versus décrire, éléments de différenciation expérientiels :**

Deuxième plongeon entre les deux saillances et mise en œuvre systématique de l'activité noétique relevant de la rêverie, puis de l'imagination.

/ Rêver la valence :

Je constate une sorte d'aller et retour fébrile entre visée du moment précis et vagabondage de mon attention vers « ailleurs ». Il y a une sorte de décollement de l'objet de la visée, un glissement permanent de l'attention sans souci de saisie. Un mot me vient : abandon. Ma pensée glisse, rebondissant sans direction claire, sans souci d'ancrage, quittant l'ébauche d'une conscience pour se fondre dans une autre, ne s'attachant jamais, ne s'arrêtant pas à nommer ce qui se stabilise fortuitement. C'est un voyage sans but, sans autre intention que de satisfaire de l'aléatoire et de la dispersion. Curieusement, les images qui s'ébauchent ont une telle labilité que je n'arrive pas à les décrire, comme si rêver et décrire n'était pas compatibles, comme si la rêverie ne révélait des mouvances, des émergences que pour mieux en garder leur secret. La mise en mots à partir du vécu, dans la perspective du renversement sémantique, dans ce cas ne fonctionne pas. Faute d'un support incarné de l'expérience vécue, la mise en mots est chaotique, hasardeuse, offrant ce goût d'incomplétude, d'approximation, expression sensorielle explicite d'un manque de validité. Ou bien alors, je me sens « juste » si j'ai cette conscience de nommer, voire décrire les éléments de ma rêverie, que je sais alors ne pas avoir de continuité avec mon vécu. Mais dans ce cas, je sais explicitement que je fais autre chose que décrire.

Les images produites sont « molles », comme si elles n'avaient pas de support, qu'elles pouvaient se prêter à toutes les transformations. Par contre, il est clair que si je cesse de laisser flotter mon attention et que je la comprime dans un moment précis, le flux de la rêverie cesse, je me sens me poser quelque part ; à nouveau, je m'apparais.

De mon état interne je peux dire ceci : je me sens flottant, comme absent, à moi et au monde, dans une sorte de mol abandon. J'éprouve de mon corps un certain poids, une attraction plus ferme du sol, perception bien

différente de celle que j'éprouve quand mon intention est de décrire ( auquel cas j'éprouve une vivacité ferme et légère). En un mot, je ne me sens pas présent, ni à moi ni au monde. Ma rêverie s'accompagne d'une extrême flexibilité mentale prolongée dans une sensation de largeur qui s'expand au-delà de l'enveloppe osseuse de mes tempes.

// Imaginer la valence :

Imaginer ne serait ni rêver, ni décrire. Que faut-il alors que je m'adresse, en conscience, pour le faire ? Si je pars de la rêverie, je me vois ralentir mon attention, ramasser sa dispersion, l'apaiser pour la faire rentrer dans une espèce de tube souple, mais ferme que je dirige avec précision dans un espace et un temps précis de moi. Ce geste mental est très paradoxal en ce qu'il concilie une extrême fermeté dans l'intention et une grande flexibilité quant à la façon dont il approche le but.

Si je pars d'une activité de description, je me vois alors très nettement casser la continuité de l'émergence pour me saisir d'un des aspects qui m'est apparu et **le positionner face à ma visée**. Le rapport que j'ai à lui change ; ce n'est plus l'objet saisi qui me bouge pour se faire apparaître sous de nouvelles facettes, **c'est moi qui le déplace**, de mon point de vue, le formant, le déformant à ma guise. Très clairement, le processus de continuité au vécu est coupé, l'objet n'est plus animé de ce qui émerge de moi, c'est moi qui le bouge pour le construire. Autrement dit, **je garde bien la saisie de l'objet en accueil, mais pas selon la même modalité d'émergence**. Dans ce cas, il ne m'apparaît pas, je le déplace pour le faire apparaître, sans pour autant perdre la qualité d'accueil de mon attention ; en le tenant, je le modèle « de l'extérieur » et sa construction perd le contact à son origine. Je sens ma pensée un peu détachée de moi, un peu à côté du support charnel de la conscience que je tire de moi.

L'imagination m'apparaît comme une construction émergente qui détend sa relation au vécu, bien qu'y restant attachée. Pour cette raison, elle ouvre à beaucoup de possibles. Je peux effectivement laisser libre cours (...) à mon imagination ; je ne peux pas laisser libre cours à la description. Par exemple, si je reprends ma description (plutôt aride) de la valence : une cavité, aux parois souples et élastiques, à la couleur plutôt claire, large, tapissant thorax et abdomen, contre laquelle je me sens rebondir et que je me laisse glisser vers

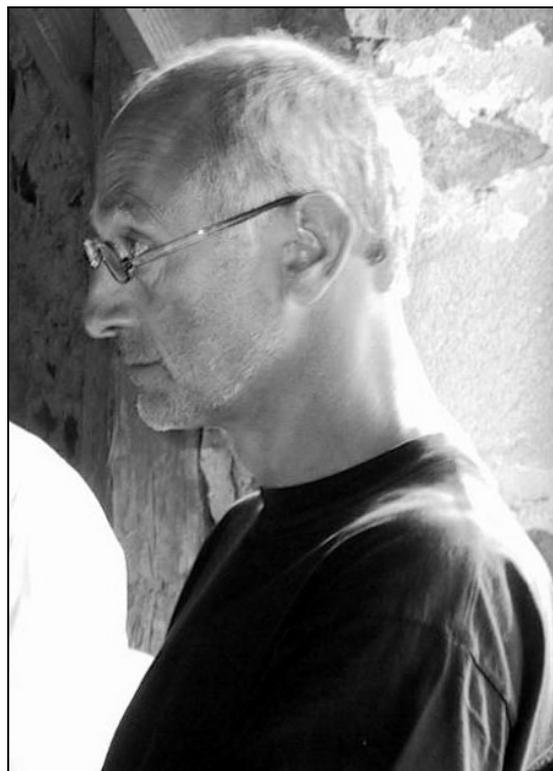
l'imagination, ce pourrait, entre mille possibilités plus ou moins distancées du « réel », devenir une construction beaucoup plus colorée, vivante, baroque. Si je laisse le souffle de l'imagination détendre le lien qui relie la description au vécu, je peux faire apparaître aux parois de la cavité des protubérances évoluant vers le gris, pour prendre la couleur de la pierre, les dessiner en piliers ; poussant plus loin je peux lui donner, pourquoi pas le volume d'une nef de cathédrale, y faire miroiter des effets de lumière (ceux de vitraux ?), résonner une voix (pourquoi pas le souffle lointain d'un orgue ?)...etc. Tout cela est possible, mais à chaque fois, je me distancie davantage de l'objet de saisie, qui, bien que restant présent, perd sa valeur d'authenticité. Je me sens alors juste par rapport à l'intention d'imaginer, mais faux par rapport à une visée de description : le goût de la mise en mot référé à l'exigence de congruence du terme à la chose nommée, je ne sais pas mieux le dire, n'est pas bonne. Peut-être est-ce simplement l'expérience sensorielle du faux ?

**Une contre- expérience, écrire sans chercher à décrire, à partir d'une expérience sensorielle :**

Depuis quelque temps, je mène avec une artiste plasticienne, Laurence Medori, des expériences de restitution d'expériences corporelles partagées. Nous explorons actuellement les effets du poids et de l'immobilité de nos corps l'un par rapport à l'autre sur la conscience sensorielle, elle peignant ses perceptions, moi écrivant à propos d'elles, juste après. Pour ma part, j'ai opté pour une forme d'écriture qui se « laisse filer » à partir des saillances sensorielles, sans souci d'en tenter une description. Ici, mon rapport au vécu est très lâche, il sert de déclencheur ; la saisie de l'objet demeure, mon attention étant davantage occupée à suivre le cours des pensées et des images qui se délivrent à partir de lui. L'activité noétique est très différente de celle requise par une intention de description. Voici un exemple de texte produit : « A mi parcours, un pic se dresse sur la route de mes côtes. Entre inspiration et expiration. La ligne de crête des côtes de Laurence sépare mon souffle, me partage en deux. Elle appuie le dessin de la partie droite des miennes qui l'épousent en creux. Mon souffle reste calme, ma route de présence attentive continue, accompagnant la flexibilité souple du corps de Laurence. La saillance reste là, malgré tout, un peu brûlante maintenant, chargée de mon

abandon probable. Aucun effort à faire pourtant. Juste être là, un souffle après l'autre, immergé dans le temps qui court, vivant les pleins et les creux de nos corps emboîtés ».

Voilà. C'est une sorte de dessin qui ne nomme pas, qui feint d'être précis, laissant de la place à.....l'imagination lors de sa lecture. C'est bien différent, de mon point de vue, d'une description. Qu'en pensez-vous ?



## *Explicititer*

*Journal du GREX*

**Groupe de Recherche sur l'Explicitation**

*Association loi de 1901*

**8 passage Montbrun**

**Paris 75014**

**01 40 47 86 80**

*courriel : p.vermersch@gmail.com*

*site www.expliciter.net*

*Directeur de la publication P. Vermersch*

**N° d'ISSN 1621-8256**

*Abonnement (cinq numéros par an) 30 euros*