

# La conscience est-elle ronde ?

**Ou sommes-nous encore coincé dans une vision du monde ou la conscience est plate ?**

**Edito 2013**

**Pierre Vermersch**

Suite au séminaire de Novembre, j'ai beaucoup écrit. Dans un premier temps pour noter les questions qui étaient venues durant la discussion de mon article et faire l'expansion de mes propres réponses. Parmi toutes les questions qui m'ont intéressées, j'ai choisis d'en privilégier deux pour pouvoir prolonger la discussion avec vous :

- 1/ Peut-on montrer le pouvoir éclairant de la décentration.
- 2/ Pistes pour ouvrir la conception théorique de la conscience.

## **1/ Démontrer le pouvoir éclairant de la décentration**

Dans le prolongement de ce qui a justifié la création de l'entretien d'explicitation depuis le début, la motivation principale de l'exploration des techniques de décentration par la mise en place de dissociés est d'exploiter leurs apports éclairants supplémentaires et complémentaires aux techniques déjà utilisées, et donc pouvoir montrer en quoi ces techniques permettent d'aller plus loin dans l'explicitation et la description du vécu, dans quelle mesure elles permettent la mise à jour d'information supplémentaires.

Je vous explique. Depuis le début de ma démarche quand je bute sur une limitation quant à la possibilité de s'informer de ce qu'a vécu une personne (lui faire expliciter son vécu), je cherche un moyen pour dépasser cette limitation. C'est ce qui m'a fait d'abord passer à l'enregistrement vidéo pour avoir le déroulement de la conduite. Puis à l'entretien pour accéder à ce qui n'était pas visible pour un tiers (sans abandonner pour autant le recueil de traces et d'observables).

Comment concevoir un entretien efficace ? C'est ainsi que sont venues le guidage vers l'évocation pour dépasser l'apparente limitation de la mémoire ; que ce sont installées les contraintes de se rapporter à un moment spécifié pour éviter de partir dans des généralités et sortir de la description ; de privilégier la verbalisation descriptive et repérer pour les contenir l'apparition de commentaires ou la seule verbalisation des circonstances ; de formuler des relances et des questions non inductives pour éviter de souffler les réponses, de repérer le manque de *fragmentation* (le fait de décrire globalement) et relancer vers les détails utiles, de repérer le manque de *qualification* (le fait de verbaliser les qualités du faire et du perçu) et de relancer pour amplifier cette description qualitative ; le fait de demander le consentement à celui qui est accompagné, pour pouvoir mieux le guider dans le respect de ses limites, et bien plus encore.

Chacune de ces « techniques » peut être utilisée seule ou en synergie avec les autres, mais elles n'ont de sens que parce qu'elles sont utiles !! Utiles à produire une élucidation du vécu et la plupart du temps, utile à dépasser une limitation de la capacité qu'a l'interviewé à le faire seul. Sinon à quoi bon les utiliser ? Si vous obtenez les informations que vous voulez directement, sans ces techniques, pourquoi les employer ? Chacune de ces techniques est un moyen de dépassement d'obstacles à la verbalisation.

Après la création stabilisée de l'entretien d'explicitation, j'ai continué à traquer les obstacles à l'explicitation, ainsi je continue à apprendre à repérer les non-dits descriptifs. Toute la psychophénoménologie est là pour nous aider à comprendre où se trouvent les implicites et au passage, pourquoi ils sont « normalement » implicites. Par exemple, ces dernières années, avec votre aide, j'ai cherché à progresser vers une meilleure compréhension de différents types d'implicites qui signalent de façon pré verbale et même présémiotique un « déjà là » ou comme nous l'avons nommé il y a quelques années une « graine de sens » qui peut rester invisible ou non saisie par manque de discrimination. Par le fait que nous ne savons pas l'entendre, la voir, la ressentir.

Ainsi, dans l'inspiration apportée par le focusing et d'autres disciplines corporelles (travail du chi, suivi du mouvement interne) que j'ai eu l'occasion de pratiquer, une graine de sens importante est le fruit de l'écoute du ressenti corporel, et de sa traduction par étape grâce au schéma du focusing de Gendlin vers une donation de sens frais, nouveau. L'idée passionnante de Gendlin étant de donner une vraie valeur, un vrai sens au « confus », à ce qui ne se donne pas d'abord comme un sens sémiotisé, mais comme « juste » un ressenti corporel la plupart du temps vague puis de l'élaborer jusqu'au sens plein.

Une autre source d'inspiration vient de l'approche de Palmer (techniques de « décréation des croyances ») sur le point spécifique de l'attention portée aux pensées très fugitives, très rapides, qui se glissent sans bruit comme des commentaires inaperçus et pourtant influant sur nos représentations et nos prises de décisions. L'attention portée à ces « fugaces » permet de saisir des éléments très implicites, très cachés à notre conscience réfléchie et pourtant tout à fait accessible à l'explicitation si on sait qu'on peut les viser. L'explicitation des fugaces (on les appelle aussi « secondaires » comme dans l'idée de pensées secondaires) permet d'apprendre à mettre à jour des informations pas du tout secondaires dans la gestion de nos actes.

Un nouveau défi.

Mais une autre variété d'obstacle à l'explicitation provient aussi du fait que celui qui explicite peut se retrouver devant une limite subjective d'expression/accès qui lui paraît indépassable. Nous avons déjà rencontré un aspect de cette difficulté avec le « je ne me rappelle pas » et nous avons appris à le dépasser, souvent avec succès, par le guidage vers la mémoire d'évocation, la réussite venant du fait que la mémoire passive, qui fonctionne en permanence, produit des rétentions beaucoup plus abondantes que ce que la conscience réfléchie croit savoir, et qu'il y a donc un champ de rappel possible beaucoup plus vaste que ce que la personne croit.

Maintenant, nous essayons plutôt de nous confronter à des limites du type, « je ne sais pas », « je ne sais pas dire », « je n'ai pas les mots », « c'est trop embrouillé », « ça va trop vite », etc . Avec l'idée qu'il est quand même possible de produire une verbalisation grâce à l'aide d'une prise de distance, d'un changement de point de vue, d'une décentration, d'une dissociation. Nous avons déjà exploré de tels dispositifs avec des exercices comme « la fertilisation croisée de Bateson », ou bien en changeant d'adressage dans l'écriture de l'auto explicitation quand on passe de l'écriture en « je » à une écriture en « il » ou « elle » et autres variantes. Rien que le fait d'écrire à la troisième personne apporte de nouvelles informations par la modification d'identité de celui qui écrit et son déplacement, sa sortie de sa posture centrée en « je ».

Si je reprend le fil de mon argumentaire, voyez bien qu'aucune de ces nouveaux moyens n'est obligatoire, ils n'ont de sens, je le rappelle, que dans la mesure où ils vous font réussir l'élucidation là où vous étiez en échec.

*Dit au passage :*

*Ces nouveaux outils, sont largement le fruit de l'expérimentation que nous faisons chaque été à Saint Eble lors de l'Université d'été. Du coup, il faut bien comprendre que ce temps de l'association est toujours un temps de dépassement des pratiques habituelles, il vise à nous mettre en déséquilibre créatif. Il suppose que l'on y vienne dans un esprit d'autonomie (le travail se fait le plus souvent au sein d'un trinôme de co-chercheurs qui ne changera pas sur les trois jours), de créativité (se donner des buts de recherche, essayer de nouvelles consignes, jouer avec les possibles, inventer des consignes, questionner en V3), de sortie du connu.*

*Ce n'est pas un lieu de pratique. Souvent sur les trois jours on a à peine l'occasion de faire chacun plus d'un entretien. C'est un lieu de réflexion sur la pratique à partir de la pratique (l'explicitation de l'explicitation, toujours). Rappelez vous que nous sommes un Groupe de Recherche ! C'est un lieu d'apprentissage sur le tas à la co-recherche, qui est une des grandes spécificité de notre association et qui la rend vivante depuis 20 ans !*

*Pour ceux et celles qui sont intéressées principalement par la mise en pratique, par l'apprentissage de nouvelles techniques déjà rodées mais que vous n'avez pas eu l'occasion d'apprendre, ou encore par la multiplication des rencontres avec de nouveaux A pour développer votre adaptabilité, et donc le perfectionnement de ce que vous savez déjà faire, l'Université d'été n'est pas le bon endroit. Elle n'est pas faite pour ça. Pour privilégier le fait de pratiquer et d'apprendre de façon réglée, il faut plutôt venir en juillet au Niveau avancé ; qui est un temps de pratique intensive, de perfectionnement, de découvertes sur ses compétences au sein d'exercices cadrés, et dans lequel je joue le rôle exclusif de formateur (ce qui n'est pas le cas lors de l'Université d'été, où je suis un participant parmi les autres participants, même si je garde un rôle de régulateur.)*

*Comprenez la différence de but entre le niveau avancé de Juillet et l'Université d'été de fin aout, pour pouvoir vous y ajuster, posez des questions, écrivez moi, si vous doutez.*

*Et par ailleurs, il y a toujours les discussions des séminaires de Paris basées sur les article d'Expliciter, les différents lieux à Paris et ailleurs d'atelier de pratique, sans compter la journée d'échange sur les questions pédagogiques relatives aux stages de base.*

Si je reviens à mon propos du jour : un des enjeux actuel est de montrer que les techniques de décentration produisent des déblocages faciles dans la verbalisation, créent vraiment de la nouveauté (le sujet qui parle découvre lui-même de nouvelles informations sur SON propre vécu). Comment faire pour montrer clairement l'efficacité de ces techniques ? Quelles questions méthodologiques se posent à nous ?

Car, à la réflexion, il n'est pas si simple de prouver la nécessité de la décentration pour accéder à certaines informations.

La première idée est que pour ce faire, il faut créer un cadre de contraste, c'est-à-dire un cadre qui supposerait trois temps successifs :

1/ *d'abord* / constat : j'y arrive pas // (au sens générique de " je ne peux pas verbaliser", mais aussi "je ne sais pas", et autre "ne ... pas".

2/ *ensuite* / aide : je met en place une décentration // (appel à un ou plusieurs dissociés);

3/ *au final* / résultat élucidant : maintenant j'y arrive, (je verbalise des informations qui m'étonnent moi-même et qui ont un pouvoir élucidant relativement au vécu de référence, ou à ma difficulté à le mettre en mots).

Et la comparaison entre le résultat négatif de 1/ et le résultat positif de 2/ doit alors nous convaincre de l'efficacité des dissociés.

Il faut donc déjà pour cela rencontrer une vraie limite à la verbalisation, limite vécue par A (et indirectement par B) comme indépassable (il ne se rappelle pas, il ne sait pas dire, il n'a pas les mots pour le dire, il ne voit rien, il ne sait pas, ça n'a pas de sens etc ... ) ; car s'il n'y a

pas de limite rencontrée, le fait qu'un dissocié dise des choses peut être anecdotique, puisque peut être que ça aurait pu être dit sans la décentration ? Tout ce que cela semble montrer dans un premier temps c'est que A est capable de mettre en place un ou plusieurs dissociés, mais ce n'est pas très probant pour la mise en valeur de l'efficacité de la décentration.

Donc, la première condition est de rencontrer une limite que nous ne savons pas dépasser avec les techniques que nous possédons déjà (fragmentation, sous modalités, amplification des qualités, ...).

Supposons que nous ayons une impossibilité de verbaliser, et que nous mettions en place un dissocié, qui lui va verbaliser ce qui ne pouvait pas l'être dans la position de A. Même dans ces conditions cela n'apporte pas la preuve incontestable que A n'aurait pas pu le dire, et que la technique de décentration ait été indispensable ! Pourquoi ? Parce qu'il est impossible dans le domaine empirique de prouver un résultat négatif (c'est-à-dire la certitude qu'il ne pouvait pas verbaliser). Tout ce que nous avons établi c'est que le sujet A se représentait qu'il ne pouvait verbaliser plus, qu'il en était subjectivement certain à ce moment, et que nous montrons que nous sommes capable de l'aider à dépasser cette limite.

### **Avons nous déjà suffisamment de témoignage de ce type de résultat ?**

Intuitivement je dirais que oui, mais nous n'avons pas cherché à le mettre en forme pour le montrer clairement. De plus, une partie des travaux de groupe de cet été a mis en place des décentrations qui ont plus produit des conseils qu'un supplément de description de vécu.

Cependant, au delà de ce schéma un peu idéalisé de contraste fort, on peut aussi prendre en compte des déclarations de A quand il est étonné par les informations apportées, ou qu'il déclare ne pas avoir connaissance de ces informations auparavant, ou ne pas même pouvoir s'imaginer qu'il puisse le connaître tellement l'information est inédite. C'est déjà le cas avec l'accès au pré réfléchi.

D'après les critères de « preuves » que je me suis donné (mise en évidence d'un dépassement d'un obstacle apparemment insurmontable), l'exemple produit par le questionnement de Maryse ne serait pas très probant.

Pourquoi ? Parce que la mise en place d'un dissocié s'est effectuée avant de démontrer qu'il y en avait besoin, c'est-à-dire avant qu'il y ait démonstration d'une incapacité à élucider plus loin (même si ce critère reste faible, puisqu'il repose sur une appréciation subjective et A et de B de l'incapacité).

Cependant, on voit que la mise en place de Plein Pouvoir est productive, elle permet d'élucider facilement semble-t-il les causes qui ont conduit A à l'arrêt (le mot utilisé par Pierre dans le guidage du rêve éveillé, sa réaction à l'inadéquation entre là où il est et ce qui est demandé ; plus profondément, le fait qu'il n'a prit aucune photo de nature ). Mais en même temps, ça c'était probablement le plus facile, parce que la causalité semble relativement simple, en revanche nous ne savons pas comment il s'est reconverti après avoir lâché le premier lieu, être sorti du rêve, pour consentir (1) à s'y recoller et (2) pour déterminer un autre lieux. C'est quand même un petit miracle qu'il ne soit pas resté coincé !

Mais on pourrait encore discuter du fait que A ait eu l'impression d'apprendre vraiment des choses qu'il ne savait pas, mes lectures du protocole (qui à ce moment là n'était pas orientée vers la réponse à cette question) me semble pas aller dans le sens d'une impression de découverte d'informations exceptionnelles ou inaccessibles ?

Donc, pour le moment, tout ce que je peux dire est que la mise en place d'un dissocié n'entame pas la productivité de A et sa démarche élucidante. Ce qui n'est pas rien. Même si je ne peux prouver qu'il fallait à tout prix mettre en place un dissocié, je vois que cette installation est productive, ou dit à l'envers : n'est ni handicapante, ni même contre productive.

## **Conséquences pratiques et méthodologiques**

Si le pouvoir d'élucidation des dissociés est avéré (ce que je crois, même s'il faut l'établir plus complètement), alors il faut découvrir, comprendre, systématiser les procédés perlocutoires qui permettent d'en gérer toutes les facettes d'utilisation. Par exemple, voici quelques thèmes qui se dégagent bien et où je me retrouve avec les questions formulées par M. Maurel :

a/ Quelles sont les circonstances où il est judicieux de mobiliser ces techniques ?

En réponse à quels besoins, à quelles nécessités ; ne faut-il pas distinguer les situations de recherche, de formation, des interventions dans le cadre professionnel avec un public non prévenu ? Mais dans tous les cas, comme dans tout entretien d'explicitation des conditions sont à respecter, conditions que j'enseigne dès le premier jour du stage de base.

b/ Quelles sont les conditions à respecter dans la mise en place des dissociés.

Son usage est-il utile ? Nécessaire ? Les conditions sont-elles respectées : respect de l'éthique, possibilité déontologique de son usage dans le cadre professionnel, clarification du contrat social, consentement (en étant attentif aux réponses non verbales, bien sûr) ?

c / Quelles sont les bonnes consignes d'induction de la mise en place d'un dissocié ?

Nous y avons déjà pas mal travaillé, mais nous n'arrêtons pas de faire des découvertes dont nous ne mesurons pas encore tous les effets. Nous en sommes tous aux balbutiements. Les variations de consigne de cet été ont ouvert un monde de possibilités, à la fois dans les formulations, et dans la variabilité des effets chez différentes personnes pour une même consigne. Il faut continuer à explorer, à inventer de nouvelles consignes, maintenant que nous commençons à percevoir les possibilités qu'offre l'extraordinaire plasticité de la conscience.

Par ailleurs, malheureusement, il est un peu difficile de documenter les variables personnelles négatives, réactions de rejet, de peur de perdre pied, d'incompréhension du travail en décentration. Pourtant quelques témoignages privés me montrent que ces difficultés existent et quelques fois avec force.

Les maladresses et les erreurs de B sont aussi une mine de richesse importante, souvent dans le travail entre nous le A corrige les formulations de B ou tout au moins signale leurs inadéquations, ce sont des matériaux qu'il faut recueillir et exploiter.

d/ B doit apprendre de nouvelles techniques de questionnement.

L'intervieweur (B) est face à une multitude d'entités, à qui s'adresse-t-il ? Comment le fait-il ? Comment apprend-il à se représenter un monde des dissociés pour pouvoir formuler des questions pertinentes, efficaces ? Il nous semble qu'il y a de nouvelles compétences à acquérir. La lecture de certains protocoles enregistrés cet année, fait facilement apparaître à quel point B peut être déboussolé (à juste titre !) dans le sens où il ne sait plus qui questionner, qu'il ne sait plus qui parle ou qui doit parler de préférence.

La décentration a pour vocation première de pousser l'explicitation au delà de ses limites actuelles, autrement dit au delà des obstacles que nous rencontrons pratiquement. Mais de pouvoir le faire par la décentration met en évidence de nouvelles propriétés de la conscience/mémoire : si c'est possible alors qu'apprend-on sur le contenu de ce quoi on peut accéder et sur les propriétés des actes qui permettent de le faire ?

e/ Induire, proposer des compétences particulières au dissocié;

Les techniques de pnl que plusieurs d'entre nous ont eu l'occasion d'apprendre, en particulier les "stratégies des génies" développées par le formateur américain Dilts, nous ont éveillé aux possibilités de suggérer la mise en place d'entités qui ont des compétences cognitives particulières. Par exemple dans le modèle dit de Feldenkrais, le dissocié « ressource » mis en place pour observer la situation problème a la compétence d'avoir une lecture totalement non verbale, elle voit des formes, des mouvements, des couleurs. Elle voit le problème de façon imagée, et suggère une solution dans une forme de modification d'obstacle au

mouvement, de modification de forme. Il me paraît tout à fait possible de proposer dans la mise en place du dissocié qu'il puisse disposer précisément des compétences cognitives lui permettant de voir le problème "tel qu'il se pose vraiment à la personne", "tel qu'il apparaisse dans tous ses détails", etc.

Autre exemple, la "fertilisation croisée de Bateson" qui est un autre modèle de la stratégie des génies, met en place une ou deux instances qui sont des parties de soi-même qui ont des compétences fortes, mais pas nécessairement dans le domaine du problème. Il y a là une forme de mise en place d'un dissocié, qui est issu de mon monde d'expérience, mais ce qui est important, c'est que ce faisant il dispose de compétences dont ne dispose pas la partie de moi qui a le problème. C'est fascinant de voir une personne vivant un problème de couple, mobilisant la ressource "d'excellent pêcheur d'anguille", ou "d'excellent jardinier", il voit et décrit la situation réelle faisant problème dans le langage transposé de cette co-identité, et il peut aussi formuler des conseils en transposant d'un monde à l'autre.

L'exploration des compétences nouvelles pour affiner les descriptions de vécus est une orientation riche et intéressante, elle est encore une illustration de la plasticité de la conscience !

f/ Modulation des consignes de fin de décentration

Dans mon esprit, tous les actes que l'on pose dans un entretien, en tant qu'accompagnateur, sont sous l'égide de l'éthique et de la déontologie, que ce soit l'initialisation, les étapes du déroulement de l'entretien, ou la fin. Ethique, telle que je la propose en début de tous mes stages de base, c'est le respect de l'autre d'une part, d'autre part le fait de travailler avec le consentement de l'autre. Travailler avec le consentement, demande de s'en assurer, pas seulement au début ou avant (c'est le minimum), mais tout au long et le consentement est encore au centre de la manière de terminer un entretien. Pas de rupture brutale, cela va de soit quand on guide quelqu'un qui est absorbé dans son monde intérieur, mais aussi tâtonnement pour trouver ce qui convient à l'interviewé, par exemple avec la manière de terminer le travail après la mise en place d'un ou plusieurs dissociés. Le préjugé spontané serait qu'après avoir « dissocié », il faudrait réunir. Sauf que nous avons rencontré (je l'ai moi-même vécu aussi) où l'idée de réunir était un non sens du point de vue de A et du dissocié. En revanche, nous avons eu des cas où la « réunification » n'avait pas été faite, pas proposée, et où A s'est senti mal, et même pendant plusieurs heures après. Il y a quelque chose à vérifier pour A quand il a mis en place un/des dissociés, non pas lui imposer une solution (réunir à nouveau par exemple) mais vérifier avec lui qu'est-ce qu'il est judicieux de faire, avec son consentement.

Mais, il est possible de nuancer encore le mode de « réunion » des dissociés avec A. Je retrace ci-après une discussion téléphonique avec Éric Maillard.

Du fait de sa sensibilité plus grande (comparée à la mienne), Éric fait, à juste titre, de grosses différences entre différentes consignes de fin, comme : unifier, réunifier, rassembler, réunir, réincorporer (par exemple pour un de ses dissociés réincorporer était le seul verbe qui lui convenait), alors que dans mon expérience personnelle, pour moi la question se pose de rassembler ou pas en A, mais je ne suis pas très sensible à ces variations de formulation, parce que dans mon expérience ça va toujours tout seul (je n'en ai pas de contre exemple).

Du coup, Éric suggère que comme nous le faisons pour les variations de consignes lors de la mise en place d'une décentration, nous soyons aussi ouverts aux variations de consignes sur le temps de fin de la décentration. Ce qui me paraît une excellente idée et je te propose Éric, d'écrire sur le sujet, si possible avec des exemples commentés.

Au-delà des différences de sensibilité, il y a peut-être aussi à prendre en compte des variations "de style cognitif" dans la façon dont chacun gère ces consignes différentes. J'ai l'impression que certains d'entre nous, et des personnes en formation à qui cela a été proposé, pour qui la consigne de dissociation ne pose aucun problème, c'est facile, immédiat, ludique,

immédiatement compréhensible. Alors que pour d'autres, c'est anxiogène, incompréhensible, impossible, difficile. Il serait étonnant qu'il n'y ait pas de variables de différences interindividuelles dans tous ces modes de réponse ?

## 2/ Propriétés de la conscience

Au total, au-delà de leurs usages pour l'élucidation des vécus, les techniques de décentration ouvrent des interrogations de recherche sur les propriétés et la nature de la conscience, en particulier sur les limites de la plasticité de la conscience (qu'est-ce qu'on peut demander à la conscience ?) et donc sur des questions théoriques relatives à la conception de la conscience.

Le premier point concernait la pratique, le second concerne la théorie qui sous-tend la pratique. Tout le monde au GREX n'est pas intéressé par le second point, mais pour moi il est incontournable parce qu'il est le ressort du renouvellement et du perfectionnement de la pratique.

### **S'ouvrir à de nouvelles conceptions de la conscience ?**

Je n'ai pas de nouvelle conception de la conscience à vous proposer. Mais, je vois qu'aux limites nos conceptions actuelles sont insuffisantes pour rendre compte de ce que nous savons faire, de ce que nous provoquons facilement, de ce dont nous avons fait l'expérience en première personne. La PNL et bien d'autres approches n'ont cessé depuis les années 50 de créer des techniques dont la réalisation correcte est facile et totalement insensée mesurée à l'aune de la science officielle.

Du coup, dans mon titre, ce qui est important c'est le verbe « s'ouvrir ». A défaut d'avoir de nouvelles théories de la conscience qui nous éclairent sur les mécanismes de ce que nous faisons, essayons de nous ouvrir au fait que nos conceptions sont inadéquates, désuètes, étriquées. Pour aider à cette ouverture, je pointe quelques slogans qui me sont venus dans et après le séminaire du mois de novembre 2012. Ce ne sont pas des démonstrations ou des explications, juste des pensées bêtes pour sortir de l'ornière.

### **A - Découverte d'un slogan pour aider à changer nos conceptions de la conscience : « la conscience est plate » versus « la conscience est ronde » !**

L'idée est de pointer vers l'obstacle qui fait que certaines propriétés de la conscience ne sont pas "pensables" tant que l'on est pris dans la conception actuelle, sur le modèle de la conception présente au 15ème siècle de la "terre est plate". C'est un slogan, parce que ce n'est qu'une métaphore, comme on ne peut pas penser l'avion tant que l'on pense que le plus lourd que l'air ne peut pas voler. Ce slogan a vocation à nous alerter sur le fait que nous sommes limités d'une manière que nous ne pouvons pas appréhender (pas plus qu'à l'époque le concept d'une terre qui ne serait pas plate était inconcevable et hérétique). Comment saisir, apercevoir, toutes les occasions de tenter de s'échapper à ce carcan conceptuel. Une des manières les plus fécondes repose sur l'invention de nouvelles pratiques, ce sont les « faire » qui font exploser les limites, parce que cela nous met en contact avec l'au-delà des limites sans que nous soyons nécessairement en projet conscient de le faire. La pratique est féconde, exploratoire, créative. Reste ensuite à lui donner du sens, de l'intelligibilité. Donc, et si cette conscience était « sphérique », tri dimensionnelle et même plus, voire holographique, qu'est-ce que ça changerait ?

#### 1. Comment pouvons nous la penser autrement ?

Quels actes différents pouvons nous imaginer et tester ? Comme j'ai pensé à partir de l'hypothèse de la « non localité » de la conscience, de proposer une induction de la forme : « déplacer votre conscience », « changez votre lieu de conscience » (changez le lieu à parti

duquel vous semble s'originer votre conscience). La seule idée de la possibilité, l'ouverture ainsi acquise, a produit des effets inédits.

Quels filtres pouvons nous appliquer que nous n'avions pas l'idée d'utiliser auparavant ? L'ouverture à la pratique des dissociés va dans ce sens.

**B - Un autre slogan métaphorique : la conscience est aussi un "milieu", un "volume", une "matière", une "atmosphère",**

C'est ce qui donnerait sens aux critères qualitatifs de description, ils qualifient la conscience comme on qualifierait l'atmosphère, l'eau, c'est un milieu, comme on dit milieu naturel, mais là tout de suite en l'écrivant ce qui ouvre le plus d'écho, qui appelle à développement, c'est l'idée que la conscience aurait, serait, une "matière", une consistance, une transparence, une forme, ce qui pourrait lui donner une forme de "visibilité" et donc une possibilité de description fine dans sa manifestation subjective. Ça vous inspire quelque chose ?

**C - Plus de métaphores ? Je rajouterai bien, en plus : arrêtons de penser que la conscience « est le cerveau », ou bien « est dans le cerveau », pour imaginer autre chose, par exemple : le cerveau = parking habituel de la conscience ! Ou comme d'autres le propose, le cerveau = tuner de la conscience.**

Nouvelles hypothèses qui conduisent à penser la conscience différemment : la conscience est bien plus vaste, non limitée, non locale, que le cerveau, ce dernier ne serait peut être que le "tuner" qui permet de la capter et de contenir la conscience dans des limites permettant un usage habituel. On a maintenant des exemples cliniques où la fonction « contenante » du cerveau s'abolit plus ou moins et donne un rapport au monde sans limite. On a des tas d'exemples de pertes des limites, montrant qu'il y a un système de contention permanent qui peut sauter. cf par exemple le bouquin de Jill Bolte Taylor, mais l'idée était déjà présente chez Bergson !

Plus modestement, je vous propose un exemple tiré du travail de cet été lors de l'université d'été du Grex. Exemple d'un blocage dans la mise en place d'une dissociée, puis d'un déblocage.

Exemple de la mise en place du troisième dissocié avec Armelle :

Les circonstances :

1/ Armelle ne peut pas mettre en place une dissociée fonctionnelle (utile, produisant des informations, placée en un lieu qui lui convient) avec la consigne « déplacer ton lieu de conscience » elle ne comprends pas ce que ça veut dire, et ne produit rien de viable malgré sa bonne volonté ;

2/ une seconde Armelle, classique (!), comme partie d'elle-même, diagnostique cet état de fait après coup ;

Je mène l'entretien, le termine, nous discutons, jusqu'au moment où j'ai l'idée :

3/ je demande à Armelle si elle est disponible pour tenter encore autre chose.

Me répondant positivement, je lui tiens alors ce discours :

« Armelle, supposons que la conscience n'a qu'un lien habituel avec le cerveau, autrement dit que le cerveau soit juste le parking habituel de la conscience, et que cette localisation est commode, mais pas indispensable ... serais-tu d'accord pour déplacer ta conscience vers un autre lieu ? » Ce à quoi elle adhère sans difficultés aucune ! Après « explication » le concept de « lieu de conscience » prend sens, et elle situe, ou plutôt, elle découvre que son nouveau dissocié a choisit de s'installer « au fond de l'océan » ... Ben quoi ? Ça vous pose un problème ? Elle le vit comme étant un choix du dissocié, pas son choix.



Dans son feedback, après coup Armelle témoigne de plusieurs aspects de son vécu que je trouve intéressants :

- Pendant que je lui fais mon baratin, elle n'est pas dupe, elle suit avec curiosité ce que je lui dis, au second degré, avec toute son expertise, donc elle n'est pas envahie par la consigne, mais elle la suit aussi,

- L'idée de parking dira-t-elle lui donne de la sécurité, en particulier la possibilité de revenir, de ne pas se perdre, elle peut avoir confiance,

- Quand je finis ma consigne, avant que le célèbre cerveau gauche d'Armelle ait supputé quoi que ce soit, pfut sa conscience est partie vers un autre lieu. On retrouve l'instantanéité déjà mentionnée dans les témoignages positifs de ceux qui ont vécu la consigne collective « déplacer votre lieu de conscience en collectif » voir article précédent. Etonnement d'Armelle ! Qui est dépassée par l'effet « instantané » de ma consigne, preuve de sa disponibilité à l'induction opérée par la consigne, même sous surveillance réflexive experte !

Il semble clair que les effets perlocutoires que l'on souhaite produire par la consigne, fonctionnent mieux si la personne 1/ est consentante et avertie ; 2/ comprend ce qu'on lui propose, car si au lieu de « regarder la lune » elle fait attention « au doigt qui montre la lune », c'est à dire si la personne doit réfléchir sur ce qu'on lui demande, alors que la consigne cherche à produire une intention éveillante dont le résultat est le plus souvent produit de façon involontaire. Dans la consigne collective que j'avais utilisé d'autres personnes avaient été gênées par le fait de ne pas comprendre le terme « lieu de conscience ». L'introduction pédagogique que j'ai improvisé avec Armelle pourrait être retenue, modulée suivant le public, pour introduire un travail avec les dissociés ?

Ce dernier exemple met l'accent, une fois de plus, sur l'immédiateté de la réponse à l'induction. Moi-même, alors que je guidais le rêve éveillé, je m'étais mis en projet de faire en même temps le rêve éveillé, et au moment où je propose d'aller vers « un endroit où vous sentez bien », alors que je réfléchis à ma consigne au fur et à mesure, j'ai été propulsé sans délai, sans choix, vers un endroit. Je dis dans le feedback, que cela m'a effrayé que ce soit si puissant, alors que je ne donnais pas toute mon attention à la consigne. Nous avons de nombreux exemples maintenant de ce temps de réponse vécu comme immédiat (cf aussi la « construction du pont » de MM).

Et là, il semble que toutes nos tentatives actuelles pour décrire le déroulé de cette transition « immédiate », involontaire sont restées sans succès. Peut-on aller plus loin ? Doit-on changer de manière de questionner ? Est-ce impénétrable ? Rencontrons-nous les limites de la conscientisation et donc de l'explicitation ?

Voyons voir.

### **E - Impénétrabilité cognitive et/ou limites de l'explicitation ?**

Il y a donc un moment bref, entre une demande (une consigne par exemple) et la réponse, dont le déroulement cognitif peut être, à première vue, insécable, impénétrable. C'est une observation qui est signalée comme telle et avec surprise, dès les débuts de l'introspection systématique dans la recherche, depuis le début du 20ème siècle, confirmé à plusieurs reprises, même si ce n'est pas avec ces mots.

C'est un point intéressant. On en a un exemple récent avec l'article du n° 96 développé par Maryse à propos de sa réponse quasi instantanée à ma sollicitation « il y a un pont ». Le caractère instantané de l'apparition dans son imagination d'un pont en train de s'élever, montre que ce n'est pas elle qui crée le pont, mais qu'un pont s'est créé en elle, ou à travers elle ; c'est bien ses ressources cognitives qui ont dû produire cette image de pont avec ses propriétés ; mais ce n'est pas un acte sous son contrôle qui l'a créé. Les travaux recensés par Burloud au début du 20ème siècle, montrent que ce type d'évènement est plutôt la règle que l'exception.

La première idée qui vient est que nous avons tout simplement affaire à un automatisme appris, rodé, et donc principalement inconscient ou devenu inconscient par la répétition.  $2+2=?$ , la réponse nous apparaît sans délais, sans calcul (oui ?). Mais précisément, dans les exemples que nous connaissons, la réponse n'a rien d'une habitude, donc d'un automatisme. Maryse n'a pas l'habitude de construire des ponts en imagination. Pierre André n'a pas l'habitude de répondre instantanément à la demande d'un mot se terminant par « ante » = amarhante (cf les articles sur le sentiment intellectuel). Il s'agit donc d'une réponse élaborée, pas automatique. Nous verrons plus loin que lorsqu'il n'y a pas de réponse, ou que c'est difficile, des étapes intermédiaires apparaissent et sont plus ou moins superficiellement conscientisables.

Reste l'énigme de ces réponses rapides. Pouvons nous accéder à des informations intermédiaires, au-delà des échecs rencontrés ? Sinon, pouvons nous établir un résultat négatif sûr ? (Que ces types de productions de réponses sont impénétrables à la conscience réfléchie).

Mais peut être nous limitons nous ? (nous sommes sans le savoir dans un univers mental où la conscience est toujours et encore plate, pour reprendre et poursuivre la métaphore), et que ces moments paraissent insécables uniquement parce que nous sommes impressionnés par l'absence immédiate de conscience de « comment ça s'est passé » et que nous n'avons pas le début de l'idée qu'il peut en être autrement ! La technique d'introspection utilisée au début du 20ème siècle était simpliste, il n'y avait pas de questionnements exploratoires complémentaires aux descriptions spontanées notées, il n'y avait pas de fragmentation ! Nous sommes beaucoup plus aguerris qu'eux en matière de questionnement et d'approfondissement des descriptions. Regardez, avec l'hypothèse de la conscience pré réfléchie, nous avons remis en cause le « je ne me rappelle pas », en disant que « je ne me rappelle pas » n'est que le jugement de la conscience réfléchie en moi qui croit tout savoir sur ce que je sais ; si je postule que je sais beaucoup plus de choses que ce que je sais savoir, alors je peux questionner plus avant la personne qui « ne se rappelle pas » et la guider pour qu'elle mette à jour des informations vécues qui étonnent celle là même qui l'a vécu. C'est un dépassement d'une fausse évidence : « je ne me rappelle pas » n'est qu'un jugement, pas l'affirmation incontestable d'une vérité. Simplement nous avons guidé l'interviewée dans un acte cognitif qui la met en contact avec la mémoire passive. Maintenant, quand les réponses me viennent spontanément, sans intermédiaire, instantanément, « à la vitesse de la lumière » comme certains témoignages le décrivent, il paraît clair que cela se présente comme un mur indépassable, comme une impasse, aussi puissante que l'effet du « je ne me rappelle pas » (effroi). Maryse a cherché à dépasser cette impasse avec la décentration sans beaucoup de succès. Peut on inventer de nouvelles pistes ? Je propose quelques idées, par exemple :

1 Changer les compétences de l'entité dissociée, induire, lui suggérer, lui donner, les moyens cognitifs de découvrir d'autres informations. Par exemple, il faudrait qu'elle sache scanner le cerveau, qu'elle soit capable de suivre le déroulement à l'échelle des millisecondes, qu'elle traduise ce qu'elle peut percevoir dans un langage, dans une sémiotisation qui nous soit compréhensible,

2. Se préparer à ce que ce qu'il y a à décrire le soit sur un mode inattendu, une sémiotisation qui n'apparaisse pas au premier abord comme répondant à nos questions. A priori, l'idée est absurde, se préparer à l'inattendu ? Mais je crois qu'il est possible, à la marge, de se mettre en attente, à l'affût, dans l'ouverture, de choses auxquelles nous ne prêtons pas attention habituellement.

3. Utiliser les techniques de pénétration régressives (qui progressent en marche arrière vers le passé) qui nous ont permis à plusieurs (Les exemples de la mobylette, de Claudine et le bruit de la douche ...) d'accéder au champ de prédonation (à l'inconscient du moment

vécu) d'où à émergé ce qui a été réflexivement accessible. Rappelez vous l'étonnement que j'ai vécu, quand j'ai renouvelé la question "et que se passait-il juste avant ?", avec l'idée qu'il n'y aurait rien du tout et qu'une réponse m'est venue ! Il fallait juste oser le faire !

4. Penser à changer l'utilisation des dissociés, au lieu de leur demander de décrire dans le pur style entretien d'explicitation, leur demander aussi l'explication des processus en cours, pour cela il faut introduire l'idée de niveaux de description, de "descriptions théoriques". (À développer)

5. Une autre idée : Technique issue de la psychothérapie (par exemple quand l'interprétation d'un rêve bloque, que le patient n'a rien à dire, qu'il n'associe pas aux symboles présents) à ce moment, on lui demande d'inventer, d'inventer du sens, d'inventer une histoire, sachant que quoiqu'il fasse il n'inventera pas, juste ça libérera sa parole de la contrainte de dire vrai, d'être sûr de dire le sens. Mais tout ce qu'il dira aura du sens, direct ou symbolique, l'invention ne sera jamais un pur non-sens. Bien sûr c'est moins satisfaisant qu'une bonne description bien fragmentée, mais il y a deux aspects : le premier concerne le contenu généré et que l'on pourra toujours exploiter, interpréter ; le second est indirect, c'est l'effet potentiel de la libération de la parole (un peu comme l'autorisation apparente qu'ouvre la consigne de "faire faux").

6. Parmi les compétences inhabituelles du dissocié, penser à explorer l'idée de compétence d'observation non verbale, (cf; dans les "stratégies des génies" le modèle de Feldenkrais) dans lequel la « ressource », donc un dissocié, a la compétence (comme l'avait Feldenkrais selon Dilts), de faire un diagnostic basé seulement sur la vision d'images, de mouvement, sans mots, juste comme une lecture imagée.

Drôle de défi !

Pouvons-nous pénétrer dans ces transitions ? Pouvons nous élucider du point de vue en première personne ce qui se passe dans l'élaboration masquée d'une réponse ? Et si nous le pouvions à quoi cela nous permettrait-il d'accéder qui aurait une utilité pour la recherche, une utilité pour élucider l'expertise des athlètes, des musiciens, de tous ceux qui recherchent à mettre au point des réponses adaptées à des situations extrêmes ?

Ma démarche a toujours été d'aller de la pratique à sa théorisation, de la théorisation à l'élucidation du moteur de la pratique. De reprise en reprise.

## **Conclusion**

Je me rends compte en arrêtant là ce texte, que par bien des côtés il est comme un Edito 2013.

J'ai repris le sens de notre démarche à propos de l'investigation de la pratique de mise en place des dissociés. Nos avancées ne sont jamais gratuites, même si elles le paraissent au tout début, mais il y a toujours derrière un défi pratique : aller plus loin dans l'élucidation, dans la description, surmonter les obstacles.

Du coup, cela m'a conduit à préciser la différence entre l'Université d'été du mois d'Aout et le niveau avancé du mois de Juillet à Saint Eble. Evaluer ce qui vous convient, c'est important.

Enfin, je nous pousse à dépasser les limites de nos représentations de la conscience. Pour le moment, nous sommes dans la même situation qu'au 15ème siècle à propos de la représentation de la forme de la Terre, elle était certainement plate. Il a fallu un long combat idéologique (contre l'église et ses dogmes) et scientifique pour passer à l'idée que la forme de la terre était une sphère. Comment pouvons-nous concevoir que la conscience est « ronde », avec tout ce que cela entraîne théoriquement et pratiquement ?