

Saint Eble 2011

Tous à égalité au pied du mur

Maryse Maurel

Cette année, j'avais l'intention de faire un compte-rendu bref et factuel, effrayée par l'ampleur de la tâche d'avoir à rendre compte d'un thème aussi difficile et de travaux aussi fins et variés. Juste un compte-rendu pour garder la trace dans nos archives de l'université d'été 2011. Mais Pierre a lu une première version, m'a relancée avec des questions, m'a conseillé de ne pas me retenir, de détailler certains points, d'inclure des opinions que j'avais formulées à Saint Eble et voilà le résultat. Pierre-André vient de m'offrir une métaphore poétique : plonger dans un grand fleuve de pensée et de travail pour repérer les courants porteurs, sonder les profondeurs pour bâtir des ponts, voir où l'on pourrait aménager des gués...

*Je tente, en ayant le sentiment que je manque encore de recul pour voir la situation dans son ensemble, j'ai du mal à choisir les mots, certains me paraissent encore flottants. Nous ajusterons et nous compléterons quand nous en discuterons au séminaire, puis nous attendrons la publication de vos contributions dans *Expliciter*.*

1. Introduction

Saint Eble 2011. Nous nous sommes retrouvés du lundi 22 août 14h au jeudi 25 août 16h pour l'Université d'été de Saint Eble. Nous étions 18, un certain nombre d'entre nous, et non des moindres, étaient absents. Presque la moitié venaient pour la première ou la deuxième fois.

Nous avons eu, comme partout en France, un temps de canicule, rendant parfois le travail difficile, surtout en fin de journée quand le soleil déversait sans retenue sa lumière brûlante sur le jardin et sur la véranda. Seule la grande salle, bien isolée maintenant, offrait une température supportable. Mais où sont les Saint Eble d'antan, frais et mouillés, avec chaussettes et polaires, où seul un travail intensif pouvait nous apporter un peu de chaleur ?

Mercredi après-midi, une mini tornade de pluie et de grêle a arraché beaucoup de branches d'arbres et a fait tomber un important câble électrique alimentant Saint Eble. La Bergerie a été privée d'électricité jusqu'à 22 heures le soir. Au camping, les tentes du village GREX ont tenu bon.

Le point multi-services, ex Tout Va Bien, fermé depuis deux ans, a été repris par un couple de savoyards et s'appelle maintenant Au Petit St Bernard avec la présence d'un vrai Saint Bernard (donc pas du tout petit, 100 kg ...) Nous avons pu y prendre tous les midis des repas légers et très bons, suggérés au patron par Pierre. Pour les soirées, lundi, ce fut le Pinocchio, mardi un pique-nique au bord de l'Allier à Chanteuges préparé par nos accompagnateurs préférés, André et Jean-Christophe, et mercredi soir, tempête oblige, un repas aux chandelles dans la Bergerie après l'orage. Avec une belle séance collective de chants polyphoniques.

2. En apéritif, le focusing

Ce paragraphe est long, bien plus long que ne l'exigerait le statut de ces deux demi-journées, hors université d'été. Mais vous verrez que le lien est fort entre le travail dit de « focusing » de Saint Eble et le thème de l'université d'été. Je reviendrai plus loin sur ce lien et sur le statut de ce travail.

Les deux demi-journées « focusing », dimanche après-midi et lundi matin, ont été en quelque sorte un apéritif de l'université d'été.

Nous étions douze avec Pierre ; il nous a proposé des exercices dont l'un des buts, me semble-t-il, est de laisser venir, de discriminer, de saisir et de décrire le « sens corporel », en apprenant à utiliser le mode de questionnement en « sous-modalités » sensorielles inventé par la PNL¹⁹. Le second but est d'appivoiser la perception et la saisie du sens corporel comme un moyen, disponible pour nous, d'évaluation de justesse et d'adéquation et d'arriver à une utilisation familière et facile de ce sens corporel. Cette utilisation est fondée sur le modèle organismique de Rogers repris par Gendlin. Je cherche dans le livre de Gendlin, *Focusing, au centre de soi*²⁰ et je note :

Aujourd'hui, il est généralement admis de considérer le corps comme une source d'information et un moteur de changement. Par contre, peu de gens connaissent la façon d'accéder à cette source. (p. 7)

J'appelle « focusing » le fait de prendre conscience d'une perception physique interne particulière, et je nomme cette perception « sens corporel ». Le sens corporel ne se trouve pas normalement en vous²¹. Vous devez le laisser se former. Vous apprendrez à y parvenir en écoutant ce qui se passe au-dedans de vous. Lorsqu'il apparaît, il est d'abord vague. En y portant attention, il peut s'éclaircir et se transformer. Le sens corporel est la perception physique d'un problème ou d'une situation particulière. (p. 21)

Comme le sens corporel n'est pas verbal, il n'est pas facile à décrire en mots. C'est un niveau de conscience très profond, non familier, auquel peu de gens savent accéder habituellement. (p. 42)

Lynn Preston parle dans l'article publié dans ce même numéro de comprendre ce qui se passe à la « lisière de la conscience ».

L'implicite, c'est à la fois « déjà » et « pas encore ». Nous en sentons l'impact, et pourtant sa nature et son message restent ambigus. C'est comme le vent. Nous le « sentons », mais nous ne le « voyons pas ». Nous sommes dedans, ce n'est pas simplement quelque chose, un contenu, c'est un ressenti palpable, de nous-mêmes et du champ intersubjectif dont nous faisons partie.

Le sens corporel s'appuie sur le modèle organismique (a dit Pierre en présentant le travail et en nous donnant quelques explications). « Organismique », je ne saurais pas encore en donner une définition. Je continue donc mes recherches et je trouve une définition du mot

¹⁹ Mais nous avons fait par nous-mêmes le travail d'invention des sous-modalités propres à la description des qualités élémentaires d'un « sens corporel ».

²⁰ Gendlin Eugene T., (1978, 2006), *Focusing, au centre de soi*, Les éditions de l'homme, Montréal (ou 1992, Le Jour éditeur, Montréal.)

²¹ C'est là un débat, est-ce notre attention qui crée pour le saisir le sens corporel, ou bien le sens corporel n'est il pas toujours présent, comme conséquence passive permanente du fait que le corps est le lieu d'intégration de tout ce qui nous affecte, et n'apparaît à la conscience que si je me tourne vers mon corps pour écouter, percevoir, de quel manière il se manifeste en relation avec la focalisation sur un objet attentionnel particulier ?

« organismique » dans un lexique sur le site de l'IFEF (Institut de Focusing d'Europe Francophone, <http://www.focusing-europefrancophone.org/web/cms/lexique>) :

*Organismique*²²

Cette dimension « ne renvoie pas seulement à la structure physique et biologique de l'individu, mais à l'individu en tant que totalité psycho-physique interagissant comme un tout avec son environnement. » (note du traducteur du « développement de la personne » -1966)

Ce terme, souvent utilisé par Rogers, renvoie à la notion d'experiencing, puisqu'il s'agit de ce qui est corporellement vécu et ressenti, en rapport avec le contexte relationnel. Gendlin parle plus souvent d'experiencing, mais il emploie aussi ce terme, en référence à Rogers, dans certaines expressions, « organismic knowing » en équivalence à « experiential knowing » (savoir organismique, expérientiel), « organismic experiencing » (« expérience organismique »).

Selon ce modèle, et à partir des citations ci-dessus et des explications de Pierre, nous pouvons affirmer : mon corps est affecté par la totalité des choses qui agissent sur moi, bien au-delà de ce que perçoivent mes organes sensoriels. Mon corps est une source d'information potentielle. Pourquoi information potentielle et pas seulement information ? Parce que le sens corporel qui émerge quelque part dans mon corps, à propos d'un problème ou d'une situation, peut très bien rester inaperçu, être ignoré par moi si je ne l'écoute pas quand mon corps m'alerte.

C'est une idée puissante, dit Pierre, mon corps reçoit, intègre, synthétise la totalité des choses qui m'affectent (au delà du sensoriel qui m'affecte ou pas, du pré réfléchi que je peux amener à ma conscience réfléchie, du réfléchi et du surréfléchi qui sont déjà dans ma conscience réfléchie)²³. Il m'informe sur des couches très profondes de ma « conscience », encore que le mot « conscience » ne convienne pas ici et que le mot « profond » ne soit qu'une pauvre métaphore spatiale pour pointer les lieux en moi qui habituellement ne m'apparaissent pas parce que je ne me suis pas exercé à les prendre en compte et à les saisir.

Lorsqu'un sens corporel se manifeste en moi, il m'apparaît comme une chose diffuse, que je crois insaisissable, indicible ; c'est seulement en le prenant comme objet attentionnel (et la visée de cet objet attentionnel a quelque chose à voir avec une visée à vide, c'est au minimum une ipséité diraient Pierre et Frédéric), c'est seulement en le laissant éclore qu'il pourra passer d'une forme vague, dont je sais seulement qu'elle est là, à une forme moins vague ; c'est seulement en le laissant se transformer par les reprises sémiotiques qu'il pourra acquérir plus de déterminations, acquérir une forme sémiotique puis une forme langagière. Par analogie, il a quelque chose à voir avec le mot sur le bout de la langue qui est là, lové en moi, et que je ne trouve pas ; pourtant il est là, si je m'attarde sur lui, je peux dire qu'il a trois syllabes, qu'il commence par la lettre m, je peux même entendre sa musique, mais je ne peux pas dire le mot, il me manque des déterminations et il faut parfois longtemps pour que je retrouve sa forme complète. Souvenons-nous aussi du sentiment intellectuel, thème de l'université d'été 1998. Nous n'avions pas à ce moment-là les outils pour l'étudier comme nous pouvons commencer à le faire maintenant. Le chemin parcouru depuis est magnifique.

La transition normale, habituelle, du préverbal au verbal n'est pas spontanément perçue, je suis impactée bien avant que les mots ne me viennent. Tout ce qui m'affecte, et se sédimente en moi, se sédimente dans mon corps (dans mon organisme devrait-on peut être dire). En accueillant le sens corporel, je vais chercher du sens là où il y en a, j'accueille du sens non encore sémiotisé.

²² Relatif à « l'organisme », comme une totalité ne séparant pas corps, émotion, esprit, physiologie. (Ne confondez pas avec « orgasme » comme dans orgasmique ...)

²³ Lien avec le modèle de la passivité et le champ de prédonation.

Comment donner forme à cette chose diffuse, vague, apparemment insaisissable et indicible ? Comment contourner la croyance « je n'ai pas de mots pour le dire » ? Comment en parler dès son apparition ? Comment lui permettre de s'amplifier et se transformer ? Nous avons utilisé le questionnement des qualités élémentaires en sous-modalités pour produire une première description, pour faire apparaître des déterminations, pour qualifier des gestes, des mimiques qui le traduisent dans un premier temps, pour aller vers un premier niveau de description. La description en sous-modalités est une aide pour laisser se transformer le sens corporel et pour le sémiotiser (en gestes ou en sous-modalités par exemple).

Ce que Pierre veut faire, c'est nous apprendre à nous tourner vers cet objet attentionnel qui se donne à moi si j'y porte intérêt, si je l'accueille, si je le discrimine, si je l'écoute et si j'ai des mots, des catégories et des techniques pour le décrire. Pierre s'intéresse au processus de saisie et de description du sens corporel, sans idée d'aide au changement, ce qui ne nous empêche pas de l'utiliser comme tel comme nous l'avons fait dans le dernier exercice lundi matin. C'était certainement un exercice pour nous faire plaisir, en dehors ou à la marge du projet global des deux demi-journées.

Finalement ce travail a un lien avec le focusing auquel nous a initié Bernadette Lamboy mais il s'en détache d'une certaine façon. On pourrait parler de « focusing actuel », en temps réel, par analogie avec l'introspection fluente ou actuelle (Maurel, *Expliciter* n°81, 2009, n° 76 2008 ; Vermersch, 2007, *Expliciter* 77). Quand je fais un retour à mon B, en cours d'entretien, pour lui signifier l'effet perlocutoire d'une relance, ma prise d'information se fait par une introspection en cours d'entretien ; la rétention de mon objet attentionnel, l'effet de cette relance, est encore présente en moi et je peux diriger mon attention vers elle, je fais une introspection actuelle. Alors que dans un entretien d'explicitation, je dois d'abord prendre le temps de laisser revenir mon vécu passé et d'en opérer le réfléchissement avant de le sémiotiser et de le verbaliser, je fais une introspection rétrospective. De même en cours d'entretien, en position de B par exemple, je peux vérifier rapidement la justesse de ma relance par « focusing actuel » sans faire tout le cycle nommé « focusing » dans la formation de Bernadette ; je ne le fais pas dans un but d'aide au changement, je l'utilise juste dans l'instant, comme un critère de vérification.

Il me semble même que le mot « focusing » ne convienne plus exactement pour ce que nous avons fait. Nous avons travaillé sur l'apprentissage de l'écoute des précurseurs de notre pensée, sur leur accueil et leur description, travail qui se trouve étroitement lié à celui de l'université d'été. Nous avons considéré le focusing d'un point de vue psychophénoménologique, nous l'avons pris comme objet d'étude, comme nous l'avons déjà fait pour l'explicitation quand elle s'est détachée de l'entretien. Comme nous avons commencé à le faire dans l'université d'été pour la pratique de la « dissociation ». C'est toujours le même processus, nous avons un « faire » que nous étudions ensuite d'un point de vue psychophénoménologique, où ce « faire » est à la fois outil et objet de recherche.

En allant plus loin, et en laissant revenir tout ce que nous avons fait à Saint Eble de dimanche à jeudi, je ne suis plus très sûre non plus que le mot « sens corporel » convienne encore ; ce qui me paraît plus juste, c'est de dire que nous nous sommes mis à l'écoute des couches les plus profondes (ou les plus à la marge, en arrière plan) de notre « conscience » pour en chercher une première sémiotisation et ensuite les mots pour le dire. Sauf si nous appelons « sens corporel » tout ce qui manifeste la présence de ces couches profondes ou périphériques (pour faire écho à la lisière). Lynn Preston parle, dans l'article publié dans ce même numéro, de comprendre ce qui se passe à la « lisière de la conscience ».

Question : Faut-il continuer à nommer « journées focusing », ces deux demi-journées qui précèdent l'université d'été depuis 2009 (ou 2008 ?). N'ont-elles pas plutôt le statut des journées ateliers à Paris qui sont un lieu pour des exercices d'entraînement ; ici ce serait des

exercices pour s'entraîner à discriminer et à décrire le sens corporel et pour apprendre à l'utiliser en cours d'entretien (comme l'utilisait sans doute Rogers, je n'ai pas vérifié, et comme le décrivent Gendlin dans l'ouvrage cité ci-dessus ou Lynn Preston dans l'article de ce numéro) ; des exercices pour s'entraîner à discriminer et à décrire nos mouvements intérieurs les plus profonds et les plus ténus dont nous savons juste, quand nous répondons à leur signal d'alerte, qu'ils sont là, en nous.

En conclusion, je peux dire que ces deux demi-journées annonçaient le thème de l'université d'été et nous y préparaient.

3. La consigne de départ proposée par Pierre, et les réponses aux premières questions, avant le temps expérientiel

J'essaie d'écrire la consigne telle que Pierre l'a donnée en m'appuyant sur mes notes et non telle que je la comprends maintenant. Pour ceux qui n'étaient pas à Saint Eble. Car pour ceux qui y étaient, comme pour moi, je suppose, elle a changé de tonalité, elle s'est colorée de toutes nos expériences, de toutes nos découvertes et de tous nos échanges.

Le but de cette université d'été est de recueillir des informations sur la couche de tout ce qui est corporel, de ce qui est préverbal, ou plutôt de ce qui est juste sémiotisé (toute conscience est conscience de sens, donc tout noème est déjà une sémiotisation, un système référent/représentant), de tous nos petits mouvements intérieurs qui précèdent notre activité cognitive manifeste, comme une prise de décision par exemple. Cette couche préverbale est une couche ressentie, toujours présente, c'est le lieu où la décision se travaille, le lieu du sens corporel. Les précurseurs de l'action cognitive manifeste (manifeste, parce que l'activité cognitive inconsciente existe dans la passivité active) sont situés dans une zone que je vis, une zone de sensibilité très fine. C'est une zone non saisie, non décrite jusqu'à maintenant. Il faudra apprendre à la décrire. Pierre nous propose de travailler dans cette université d'été pour augmenter nos capacités de discrimination et de catégorisation pour aller vers une description.

Nous pouvons aussi préparer le thème des co-identités (prochain chantier du GREX ?) en utilisant la dissociation « Prends le temps d'imaginer que tu te mets à l'extérieur ? Qu'est-ce que tu découvres de toi, qu'est-ce que tu fais quand tu te déplaces ? » Le but est d'essayer de comprendre ce phénomène pour lequel nous n'avons pas encore les outils de description, de regarder aussi ce qui se passe au moment de l'installation d'un témoin. Ce travail est présenté par Pierre comme un passage obligatoire pour permettre le travail sur les co-identités.

Question : Pierre a dit plusieurs fois que cette université d'été préparait le travail sur les co-identités. Y a-t-il un lien entre le « sens corporel » et les co-identités ? Si le sens corporel fonctionne comme un témoin dans l'inconscient phénoménologique, il pourrait y avoir un lien. Mais alors, nous allons à nouveau rencontrer une dualité, dualité entre le témoin que nous utilisons comme outil pour vérifier quelque chose ou avoir un autre point de vue et le témoin objet de recherche psychophénoménologique.

Je propose que nous en discussions au prochain séminaire.

Nous devons être attentifs à ce que nous pouvons attraper sur la localisation du centre attentionnel (cf. la thèse de Claire Petitmengin, tous les patients interviewés renvoient leur attention en arrière). Où est mon centre attentionnel quand je fais attention ? Pouvons-nous aussi saisir des déplacements du centre attentionnel ?

Nous devons être attentifs aussi aux pensées fugaces, aux « pensées secondaires », aux pensées co-occurrentes ; beaucoup de ces pensées sont des saboteurs. Y a-t-il des pensées fugaces positives ? Qui en moi énonce ces pensées fugaces ?

Comme toujours, il nous faudra quitter le ravissement des techniques pour développer nos capacités de discrimination. Si nous prenons l'exemple du focusing, quand il y a un petit quelque chose vague, nous pouvons le décrire en sous-modalités sensorielles, ce qui nous permet de créer du catégoriel.

Des questions se posent aussitôt :

Y a-t-il une différence entre préverbal et pré réfléchi ?

Est-ce que le corps sédimente et reflète intelligemment quand il le fait ?

Pouvons-nous établir une relation entre le sens corporel et les pensées fugitives ?

Quel lien entre le sens corporel et les valences ?

Comment s'articule le sensible et l'entendement ?

Nous aurons des réponses ou des bouts de réponse à ces questions quand seront publiés dans *Expliciter* les résultats de nos explorations de Saint Eble.

Quand nous nous tournons vers le pré réfléchi, il y a du rien. De quoi ce rien est-il fait ? Là où il y a du rien, il y a du nouveau à découvrir. Il faut du temps, il faut rester branché sans partir en méditation. Dès qu'on s'arrête sur ces choses vagues, qu'on ne discrimine pas encore, il y a sémiotisation. Quelle que soit notre expérience, il y aura toujours des choses à découvrir chez nous, « des choses que nous ne savons pas nommer, des choses qui sont là en nous mais qui semblent indicibles » dira quelqu'un pendant le premier feedback. La mise en place d'un témoin peut permettre, de la position dissociée du témoin, de nommer ce qui était indicible pour le A qui est resté à sa place.

Plusieurs scénarios de travail sont présentés comme possibles, de façon à donner un canevas de travail pour les trinômes (mais la pratique a montré que si cette scénarisation était intéressante pour lever quelques inquiétudes, elle fut de fait inutile, chaque trinôme ayant créé son propre scénario de travail) :

Scénario 1 : B interroge A et va le plus loin possible dans la finesse du questionnement. A dit à B ce que lui font ses relances (peut se faire aussi en auto-explicitation). C'est le canevas classique que nous utilisons depuis quelques années ou A doit être capable de s'observer lui-même en temps réel, et de catégoriser ce qu'il vit pour le rapporter à B.

Scénario 2 : Pour approfondir l'expérience de B, B questionne A ; puis C questionne B sur le sens corporel, les secondaires, la localisation de centre attentionnel pendant un moment pertinent de l'entretien qu'il a mené avec A (comment il a pris la décision de relancer ou pas par exemple).

Scénario 3 : B fait un entretien avec A où A est invité à mettre en place un ou plusieurs témoins ou dissociés ; ensuite C fait un entretien avec A sur son expérience de mettre en place une ou plusieurs dissociation pendant le premier entretien (voir le témoignage d'Armelle, Claudine et Fabien dans ce numéro).

Donc

- Discriminer en moi,
- Découvrir des catégories de description,
- Explorer les transitions (installation du témoin, moment de la dissociation, changement de centre attentionnel, etc.), la localisation du centre attentionnel, le sens corporel, les mouvements internes, les secondaires, les positions aperceptives (cf. PNL). Aller ainsi vers de nouveaux objets d'étude,
- Introduire en permanence la référence au sens corporel.

4. Dispositif de Saint Eble 2011

Le travail s'est fait en grand groupe et en trinômes.

Selon le vœu des participants, ces trinômes, formés lundi, sont restés les mêmes pendant tout le séjour. Chaque trinôme a suivi son fil à partir de quelques idées de départ puisées dans les propositions de Pierre et a approfondi selon les trouvailles faites en cours d'entretien, selon les premières analyses à chaud de ces entretiens et selon ses centres d'intérêts.

Nous étions 18, 18 est divisible par 3, il y avait donc six trinômes.

Quand ?	Quoi ?
<i>Lundi après-midi</i>	<i>Ouverture de l'École d'Été Le thème Nos questions Travail en trinômes</i>
<i>Mardi matin</i>	<i>Mini feedback Travail en trinômes Feed-back à midi, penser à préparer le feedback du soir</i>
<i>Mardi après-midi</i>	<i>Travail en trinômes 1h30 Début du grand feedback à partir de 16h</i>
<i>Mercredi matin</i>	<i>Suite du grand feedback</i>
<i>Mercredi après-midi</i>	<i>Suite du grand feedback Travail en trinômes</i>
<i>Jeudi matin</i>	<i>Travail en trinômes jusqu'à 11h Feedback des journées</i>
<i>Jeudi après-midi</i>	<i>Feedback des journées (suite et fin) Régulation jusqu'à 16h Départ</i>

5. Les questions qui se sont posées, un aperçu des grands feedbacks

Comme d'habitude dans un compte-rendu, il est impossible de rendre compte de la variété et de la densité du travail accompli. Ce paragraphe est hétéroclite et inachevé. Il me manque des informations pour rendre compte plus complètement et plus fidèlement du travail des trinômes. Je le laisse cependant car, s'il informe peu ceux qui n'étaient pas là, il pourra servir de point d'appui à des questions pendant le séminaire, ce qui est l'un des buts du compte-rendu.

Certains ont découvert des pensées fugaces prenant la forme de saboteurs (par exemple des pensées co-occurentes du genre : « il vaut mieux que tu te taises », « tu n'y arriveras pas », « tu n'en es pas capable »).

Nous nous sommes intéressés à des choses qui n'ont pas une forme définie, qui sont là sans qu'on puisse ni les saisir ni les décrire immédiatement. « En découvrant la chose par la réaction qu'elle déclenche en moi, je peux dire que c'est en moi et que c'est inaccessible, que c'est là et que je n'y accède pas ». » dira quelqu'un dans le feedback. Le mot inaccessible est inapproprié ici, inaccessible voudrait dire qu'on ne peut pas y accéder, il relève d'une croyance du même ordre que l'effroi de la visée à vide (Vermersch, 2006, Expliciter n°65) , j'y accède à ce moment-là sur un mode particulier ; dès que j'y suis attentif, je la fais exister même je n'y accède pas dans sa pleine détermination (comme le mot sur le bout de la langue). Je n'y accède pas totalement pour le moment mais ce n'est pas inaccessible.

Toutes ces choses nous sont peu familières.

En installant un témoin, on peut faciliter le choix du nom de cette chose. De même l'usage des sous-modalités est une façon de faire exister en le qualifiant quelque chose de diffus, qui semble indicible parce qu'il faut d'abord discriminer les nuances avant de qualifier. Quelle que soit notre expérience, il

y aura toujours à découvrir en nous des choses que nous ne savons pas nommer. On peut aussi questionner en « autre chose », « qu'est-ce qu'il y a d'autre ? ».

Certains ont travaillé plus particulièrement sur l'installation du témoin. Comment on met en place un témoin, une dissociation ? Qu'est-ce qui aide ou complique son arrivée ? Est-ce facilitant de lui donner une intention ou une mission par exemple. Pour une situation qualifiée d'embarras, est-il pertinent de faire appel à un témoin débrouillard capable de débrouiller cet embarras ? Dans un premier temps c'est un usurpateur qui est venu. Il peut aussi arriver un témoin faiblard, mollasson. Certains ont testé le A (ou le B) témoin par dissociation (déplacement spatial pour saisir l'ensemble de la situation par exemple), en lui donnant une fonction (voir ou dire ce que A ne peut pas voir ou dire).

Un trinôme a travaillé sur une situation spécifiée d'écoute (d'empathie peut-être ?) où est apparu un changement de localisation du centre attentionnel.

Un trinôme a décidé de ne pas s'enfermer dans des rôles de A, B ou C, de laisser fluctuer ces rôles selon le cours de l'entretien et de saisir tout ce qui se présente dans cette situation ludique qui facilite l'émergence.

Le contrat d'attelage change : A renvoie à B ce qui se passe pour lui et dit ce dont il a besoin.

Quel est le rôle des croyances dans tout ce travail ?

Je reviens plus particulièrement sur le travail autour de la mise en place d'un ou plusieurs « témoin » et de la « dissociation » qui a constitué un sous-thème important de l'université d'été.

Le témoin, utilisé depuis plusieurs années, sur lequel rien à ma connaissance n'a encore été écrit (suite au thème de Saint Eble 2009) excepté le compte-rendu, est pour moi, dans mon expérience de co-recherche, une instance interne ; le mien est le plus souvent une petite icône de femme stylisée, qui s'installe en haut à gauche dans ma tête, qui s'éteint, s'allume ou clignote selon mon activité de pensée ou les relances de mon B. Il serait bon de savoir si des données ont été recueillies sur des témoins extérieurs.

Cette année, nous avons rencontré, comme je l'ai dit plus haut, un témoin débrouillard, un témoin faiblard, mollasson, un témoin usurpateur, une démultiplication de témoins à l'infini que B a eu la difficile tâche de stopper pour les rassembler tous.

Ce que Pierre a introduit clairement cette année en parlant de dissociation et en revenant à une pratique et conceptualisation de la PNL (position associée/dissociée), c'est le détachement d'une partie du moi qui s'installe ou que j'installe dans l'endroit le plus adéquat pour le but recherché. Par exemple, devant un entretien qui se bloque parce que A ne peut pas en dire plus, B peut proposer « Prends le temps d'imaginer que tu te mets à l'extérieur de toi, à un endroit d'où tu peux voir ou percevoir la situation dans son ensemble. Qu'est-ce que tu peux dire d'autre de cet endroit-là, que tu ne savais pas quand tu étais ici ou que tu ne pouvais pas percevoir d'ici ? ». L'endroit où je me mets me permet de voir les choses différemment.

Pour faciliter les relances, un groupe a proposé de nommer le A initial A1, le premier dissocié A2, le deuxième A3, etc. Ce qui paraissait plus simple que de redonner toutes les déterminations qui permettraient de repérer quel A dissocié était convoqué. Nous avons discuté de cette notation symbolique. Certains aiment, d'autres résistent. Pour Pierre, c'est une façon de se donner des outils conceptuels comme nous l'avons fait avec V1, V2, V3. Cela permet une économie de pensée et une meilleure efficacité de cette pensée (comme en algèbre). Pierre envisage d'introduire la dissociation et cette notation dans les prochains stages.

Si je reviens sur le vocabulaire de la PNL, on y utilise les mots « associé/dissocié » pour qualifier une position de parole : je vois la situation avec mes yeux ou je me vois dans la scène.

Utiliser la dissociation, à Saint Eble, c'est demander à A de détacher une partie de lui-même ailleurs, dans le temps ou dans l'espace.

En PNL, on parle plutôt des parties du moi. Devant une situation problème, par exemple, B peut aider A (A1) à installer un A2, issu d'une situation ressource de réussite, qui aidera A1 à résoudre le problème.

« Partie du moi », « dissocié », « témoin ». Il serait intéressant de voir les spécificités des ces mots, ce que leur usage permet d'attraper, ou de ne pas attraper. La dissociation n'est pas utilisée ici, comme en

PNL, pour une aide au changement (voir fertilisation croisée de l'exemple précédent ou stratégies des génies de Dilts), mais pour élucider, décrire, nommer.

Des questions se sont posées sur la relation qu'entretiennent les dissociés avec leur vécu. Je les donne en vrac : Quelle est la position de parole de ces dissociés ? Quelle relation entretiennent-ils avec ce dont il parle ? Est-ce que la dissociation fige A dans un vécu, le V1, ou le V2 ? Quelle est la valeur d'un V1 décrit par une dissociation de moi ? Comment savoir à quel vécu elle est associée ? Je sais que le groupe (Armelle, Claudine, Fabien) travaille en ce moment sur un protocole de Saint Eble qui pourrait documenter certaines de ces questions mais je ne sais pas si le travail sera suffisamment avancé pour paraître dans ce numéro.

D'autres questions ont été posées sur l'autonomie des témoins ou dissociés, sur leur lien entre eux et avec le A1 originel, c'est un lien qu'il faudra explorer dans l'avenir. Quelle est la relation qu'entretient le dissocié avec celui dont il est issu ? Est-ce qu'il devient une partie du moi autonome ? Est-ce que je peux autoriser l'un de mes Ai à l'autonomie ? Est-ce que je dois l'autoriser à l'autonomie ? « A un moment je ne le contrôle plus, je l'autorise à l'autonomie, je vis ce qu'il fait comme extérieur à moi, je ne pourrais pas dire ce qu'il dit à sa place, le dissocié s'exprime comme s'il n'était pas une partie de moi (cf. rêve éveillé) » témoignera quelqu'un pendant le feedback. Le dissocié tient un discours que l'origine A1 ne pourrait pas tenir. « J'entre dans un espace sans tabou, dans cet espace le mot « bizarre » n'existe pas » témoignera une autre personne. Quel est le point de la passivité que j'explore ainsi ? Il est intéressant de questionner sur le moment de transition où la dissociation s'opère. Comment questionner ces positions du moi ? Ces transitions ?

Comme toujours en psychophénoménologie, la dissociation est à la fois outil et objet d'étude, comme l'a été et l'est encore l'explicitation, comme le devient le sens corporel. Nous utilisons la dissociation pour voir et décrire des choses qui ne nous apparaissent pas spontanément dans notre position de A (A1) et nous voulons étudier comment se fait la mise en place. Nous ouvrons un espace de description de la pratique de la dissociation.

Avons-nous avancé sur les questions que nous nous posions l'an dernier à la fin de l'université d'été et qui restent actuelles ?

Maintenant nous savons que l'École d'Été de Saint Eble est le lieu d'exploration et de description de nos actes intérieurs et des transitions à l'origine de ces actes.

Et la règle d'or : penser à ne rien considérer comme évident, et donc à tout questionner.

Trouvons-nous des déterminations nouvelles ? À quoi devons-nous faire attention pour décrire finement ? Les difficultés rencontrées sont aussi intéressantes que les données recueillies par les nouveaux problèmes qu'elles posent.

Comment atteindre des zones à la limite du descriptible ? Avec quels outils techniques ? Comment les utiliser ?

6. La co-recherche

Il me semble que la co-recherche fonctionne maintenant à plein régime. Les trinômes ont travaillé de façon parfaitement autonome. A ma connaissance, aucun petit groupe ne s'est trouvé en difficulté. Malgré l'hétérogénéité des participants et de leurs centres d'intérêts, nous avançons collectivement vers une meilleure connaissance de notre subjectivité, avec de nouvelles catégories de description et des relances permettant de la décrire plus finement d'année en année.

J'ai dit au début que 8 participants sur 18 venaient pour la première ou la deuxième fois à Saint Eble. Les feedbacks ont montré que personne n'est resté à la traîne et que chacun a pleinement contribué au travail collectif. Je crois que tous les « jeunes » avaient fait le stage de niveau II de Pierre et/ou celui d'auto-explicitation. Nous avons donc pu constater l'effet de l'évolution des formations de Pierre qui y intègre les nouveautés. Il est intéressant de remarquer que ce qui a pu nous paraître étrange et difficile à un moment²⁴ est maintenant enseigné par Pierre comme des savoirs simples et normaux, et que, ce-

²⁴ Les anciens, rappelez-vous de l'évocation de l'évocation en 1995 et de la conduite des premiers V3, c'était difficile à comprendre, cela nous paraissait infaisable.

rise sur le gâteau, les nouveaux formés les maîtrisent bien. Il est vrai que cela se produit dans toutes les sciences ; ce qui est affaire d'experts au moment de la découverte se banalise et peut devenir plus tard un savoir partagé par le plus grand nombre. Les exemples sont nombreux en mathématiques (nombres négatifs, nombres irrationnels²⁵, nombres complexes, intégration, probabilité, pour n'en citer que quelques uns). Les avancées dans la conceptualisation et dans la pédagogie des enseignements permettent cette transmission. C'est exactement ce qui est en train de se passer au GREX. Ceux qui se sont formés aux nouveautés à l'université d'été ou aux séminaires de Paris et ceux qui ont maintenant une formation initiale avec Pierre, tous peuvent travailler ensemble en co-recherche à Saint Eble, et produire du nouveau. Magnifique et excitant, non !

Il faut souligner aussi à quel point l'autonomie des trinômes a permis de faire sortir des différences de point de vue. Toutes ces variations permettent d'enrichir notre connaissance au delà de ce que nous pouvions imaginer en commençant.

En fait le cadre de l'université d'été est comme celui de l'entretien d'explicitation, un gant de fer pour une main de velours :

- Le gant de fer, c'est l'orientation thématique forte donnée par Pierre à l'ouverture. C'est aussi l'alternance des temps de travail : les temps de travail expérientiel accompagné d'analyse à chaud dans les petits groupes et les temps de retour en grand groupe qui nous obligent à structurer la présentation du travail du petit groupe pour montrer son intérêt et pour le rendre accessible à tous, pour le soumettre aux premières questions des autres, pour en faire des objets de discussion. Le travail de Saint Eble est structuré par cette alternance. Les questions et les apports conceptuels des uns et des autres jouent un grand rôle sans parler du fil conducteur que tient Pierre parce qu'il sait où il veut aller même s'il ne sait pas toujours ce que nous allons trouver.

- La main de velours, c'est la liberté totale dans l'organisation du travail des trinômes : faire ce qu'a dit Pierre, ou autre chose, comme il l'a dit ou autrement. Les petits groupes travaillent de façon complètement autonome et peuvent laisser libre cours à leur invention, imagination, fantaisie, créativité. Cela apparaît comme une condition nécessaire pour ne pas tomber dans l'uniformité et pour faire émerger du nouveau. Cette condition est-elle suffisante ? L'avenir nous le dira mais il semble bien que oui.

En résumé certaines caractéristiques de notre co-recherche se dégagent maintenant pour moi pour la première fois ; la réflexion sur notre fonctionnement de co-recherche à Saint Eble me donne souvent matière à pensée et il faudra bien qu'un jour, quelqu'un écrive sur ce sujet. En attendant, deux caractéristiques me paraissent émerger :

- L'enseignement des nouveautés dans les stages de formation, facilitant et permettant une bonne intégration de ceux qui arrivent à Saint Eble pour la première fois.

- L'organisation du travail à Saint Eble, une main de velours dans un gant de fer.

Donc cadre fort, liberté, singularité, variations.

Quelle cohérence avec l'explicitation elle-même !

Je retrouve là une caractéristique forte, productive et néanmoins éthique de l'entretien d'explicitation qui a profondément inspiré la conception et l'organisation de mes enseignements à partir du moment où j'ai pu l'explicitier.

Je propose que nous en parlions au prochain séminaire.

(de l'état actuel de la co-recherche, de la main de velours dans un gant de fer et des nouvelles formations de Pierre, bien sûr, pas de mes enseignements).

²⁵ La possibilité de l'existence d'un nombre qui mesure la diagonale d'un carré de côté 1, que nous appelons aujourd'hui $\sqrt{2}$, a déclenché des batailles rangées chez les philosophes et mathématiciens grecs. Descartes a appelé « fausses solutions » les racines négatives d'une équation (plus exactement leur valeur absolue). Pour lui, les « vraies solutions » étaient les racines positives. Et pourtant aujourd'hui, tout cela est enseigné au collège !

7. Pour conclure

Nous n'avons pas utilisé de mots théoriques pour préparer ou pour parler de notre travail, pas de mots conceptuels de la phénoménologie ou de la psychophénoménologie ; ils étaient là pourtant, flottant autour de nous, masqués comme des Vénitiens de Carnaval. Par exemple : ipséité, passivité, champ de prédonation, reflètement. Seul le mot « sémiose » a eu droit de cité (normal, il est tellement utile, c'est une si belle poignée conceptuelle !) et je vous invite à relire la *Note sur la sémiose et le sens : l'exemple du focusing* dans *Expliciter* n°79, pp. 24- 41. Mais chut ! Je le dis après coup et tout doucement. En effet, la réduction phénoménologique n'est-elle pas le fait de suspendre ce que je sais du monde ? Alors, nous avons suspendu, nous nous sommes mis en relation avec les choses elles-mêmes sans aucune induction que pourraient produire des mots conceptuels issus d'un corpus théorique et déjà chargés de sens. Nous avons court-circuité le langage et les catégorisations qu'il emmène inévitablement avec lui. Nous avons commencé à explorer le non verbal, le non loquace, le présémiotique, le sens corporel, les lisières de la conscience, l'indicible ou du moins ce qui nous apparaît comme tel dans un premier temps parce que nous ne savons pas le discriminer en nous, parce que nous n'avons pas (encore) de mots pour le dire.

Nous en sommes au point de description de la subjectivité qui consiste à dresser une cartographie de l'expérience subjective. Cette cartographie permettra-t-elle de produire de la causalité en psychophénoménologie ?

Nous nous formons, nous explorons, nous essayons.

Nous sommes revenus à certains outils de la PNL, comme les parties du moi, les positions associées/dissociées, les sous-modalités sensorielles, techniques utiles et efficaces pour donner une forme et un nom à ce qui n'en n'a pas encore.

Question : c'est une question que j'ai ramenée de Saint Eble où j'ai parfois été agacée par ce qui m'est apparu comme une utilisation excessive du mot « sens corporel » : quel lien y a-t-il entre sens corporel, perception kinesthésique et aperception ? (Voir article de Pierre-André Dupuis, *Perception et aperception. Remarques. Dans le bulletin GREX n°10, sur le site*). Première réponse de ma part : le sens corporel est une manifestation, une alerte venant de tout ce qui m'a affectée, dans sa globalité, au-delà des ressentis sensoriels dont font partie mes ressentis kinesthésiques. Pierre-André que j'ai consulté sur ce point m'a fait la réponse suivante (par mel et par retour du courrier) :

*La question de l'aperception est embrouillée parce que, au cours de l'histoire, le mot a pris des sens bien différents. Mais à mon avis, la référence moderne la plus importante vient de Leibniz, quand il désigne par ce terme "la conscience ou la connaissance réflexive" d'un état intérieur (j'ai fait allusion à cela dans mon petit texte). Ensuite, chez Husserl, cela distingue la perception "externe" (c'est-à-dire en fait "ournée vers l'extérieur", au moyen des organes sensoriels) et un "rapport immédiat", direct, qui n'est pas du même ordre que celui de la perception des objets. C'est pour cela, par exemple, qu'il parle de l' "aperception immédiate d'autrui" (mais c'est un problème qui n'est pas très bien résolu, et Ricoeur reprend cette discussion dans *Soi-même comme un autre*). Donc le plus simple est peut-être de distinguer "perception interne" (aperception) et "perception externe", et de retraduire, dans la formule de Leibniz, "réflexif" par "réfléchissant". Je crois que c'est comme cela que Pierre emploie le terme d'aperception, pour désigner, "l'acte de se tourner vers un état intérieur pour en effectuer le réfléchissement".*

Cela veut dire alors que l'on met les ressentis sensoriels et les ressentis kinesthésiques du côté de la perception externe, ce qui ne pose aucun problème, et d'autre part que le déploiement du sens à partir du sens corporel peut aussi s'effectuer par "reflètement" (comme dans "le sens se faisant", le focusing, etc.).

Je propose d'en discuter au prochain séminaire.

J'ai souligné dans le paragraphe 2 l'approche du focusing très personnelle de Pierre, une approche et une utilisation psychophénoménologique, au service de nos buts de recherche. En bref, nous apprenons à discriminer en nous le « sens corporel » pour l'utiliser comme critère

de justesse (outil), à accueillir sa transformation, sa sémiotisation, sa mise en mots pour l'étudier et étudier cette transition (objet de recherche).

Nous n'avons pas fait de façon systématique les temps d'écriture comme l'an dernier ni les évocations de début de journée. Maintenant, je me rends compte que cela m'a manqué, surtout les évocations de début de journée, mais rien ne m'a empêchée de m'en faire quelques unes en privé, le soir ou le matin. Et j'en ai vu qui prenaient le temps d'écrire. J'aurais cependant préféré, pour ma part, des B muets ou le groupe contenant à mes côtés, autour de moi.

Liberté et autonomie là aussi.

Je pense que le moment est venu de mettre un peu d'ordre dans tout ce que nous avons découvert depuis que Pierre nous a lancés dans cette belle aventure passionnante avec l'article *Phénoménologie de l'expression du sens à partir des travaux de Marc Richir* (Expliciter n°47, décembre 2002). Pierre introduisait ainsi un texte de Marc Richir :

Un des thèmes qui m'a toujours paru essentiel à l'explicitation, est celui de la mise en mots, du moment où m'apparaît à travers le réfléchissement de mon vécu passé, tel ou tel événements, telle ou telle propriété, tel ou tel état-de-chose, que je vais chercher à nommer, à catégoriser. Ce moment de la mise en mot est mystérieux, pourtant il fonde la possibilité même de la verbalisation descriptive, de l'invention de nouvelles catégories, de nouvelles dénominations. Les livres récents de Richir (ici il s'agit d'un extrait de « L'expérience du penser, 1996, Millon, mais il y a aussi entre autre Phénoménologie et institution symbolique, 1988, ou Phénoménologie en esquisse, 2000, L'idéalisation de la réalité, 2002) travaillent de différentes manières ces passages. L'accès n'est pas facile, mais je ne résiste pas au plaisir de vous faire goûter cet extrait aventureux.

P. Vermersch

Et je retrouve dans le texte de Marc Richir le passage que j'avais en tête à certains moments à Saint Eble, dans un souvenir quasi évanescent ; il répond en partie à la question qui n'a pas manqué de se poser, toujours la même question : est-ce que ce que je décris était déjà présent ou est-ce que je le fais exister en le décrivant ? Question indécidable. En effet, lorsque j'agis je modifie l'état ; ce que j'observe et décris est un état modifié. Y aurait-il un moyen de savoir ce qui s'est passé au moment où on ne le savait pas ? Richir répond d'une très belle façon :

Cette « idée », par ailleurs, « nous vient » à l'esprit sans que nous l'ayons proprement cherchée, mais cela ne veut pas dire qu'elle nous fonde dessus comme d'un ciel intemporel (c'est là l'interprétation classique de la philosophie) puisqu'elle requiert précisément de nous d'être dite, déployée, pour que nous sachions ce qu'elle « est ». Elle surgit donc avec un horizon de futur, qui est le futur de la parole, mais ce futur ne peut s'accomplir tout seul, puisqu'il nous requiert, demande que nous déployions la parole. Cependant, il faut s'entendre sur cette requête : si cet horizon de futur, que l'on peut nommer pro-jet de sens, et qui est déjà amorce de temporalisation, n'est pas là tout seul, c'est que nous en savons déjà suffisamment de sens, à travers la « faible » idée que nous en avons, pour que ce « savoir » demeure, au long du déploiement à accomplir, comme exigence et mesure de la fidélité au sens : cette « idée », je viens tout juste de l'avoir, et c'est elle précisément que je dois dire dans le futur ; elle pèse donc aussi depuis un horizon qui est déjà de passé, sur ce que j'ai à faire, comme ce sens, dans le futur. C'est dire que l'« idée » du sens, avec son horizon de futur, revire aussitôt elle-même en son horizon de passé, ce revirement étant pointé par l'expression « je viens tout juste de l'avoir » ; et que, ce qui fait question, précisément, est l'immédiateté de ce revirement où le sens, en réalité, s'éclipse comme en un instant insaisissable, dans le battement incessant des horizons de futur et de passé. Il

n'empêche que l' « idée » paraît par là comme aussitôt fissurée entre ces deux horizons, et qu'en ce sens, elle est bien l'amorce de sa temporalisation, donc déjà temporalisation, et que cette amorce, elle-même en éclipses avec l' « idée » entre son surgissement et son évanouissement (sa fuite) inopinés, ne deviendra temporalisation proprement dite que si la fissure s'élargit, et en quelque sorte, se « stabilise » dans ce qui doit être la présence du sens se faisant.

Nous retrouvons le « déjà » et « pas encore » dont parle Lynn Preston.

Quelle aventure en effet, nous avons rencontré en chemin le sens se faisant, l'idée-graine et la graine de sens, l'émergence du sens, la pensée sans langage, la passivité, le focusing, le sens corporel, la sémiotique, le reflètement (avec dans le lointain le témoin, les co-identités). Ce qui me paraît commun à ce nouvel objet de pensée (ces nouveaux objets de pensée ?), c'est qu'ils recouvrent la mise en mot de quelque chose qui est en moi, qui se manifeste à moi, qui me fait agir ou penser, et que je ne sais pas dire ; pourtant dès que je le prends comme objet attentionnel, je le transforme, je l'amplifie, je le sémiotise, je lui donne une forme langagière. Cet objet de pensée devient objet d'étude.

L'aventure continue...

Je propose de discuter des liens entre les différents concepts cités au prochain séminaire.

*Mes yeux traversent le petit feuillage
et je laisse venir mes ressouvenirs de la Bergerie,
du grand groupe sur les chaises blanches,
de mes partenaires de travail
et de tout ce qui a fait cette université d'été,
la même et différente pour chacun de nous,
si difficile à décrire pour ceux et celles qui n'y étaient pas.*

*Un nouveau palier vient d'être franchi.
Comme l'a dit Pierre au moment de la régulation,
« Nous sommes tous à égalité devant l'obstacle à franchir, tous au pied du mur ».*

Actualité :

Le livre de Pierre est parti chez l'éditeur (PUF) quelques jours avant l'université d'été et sortira en janvier/février 2012 sous le titre, (maintenant accepté par l'éditeur), de : « *Explicitation et Phénoménologie* » .