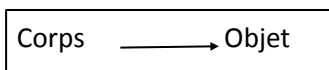


L'interaction en mouvement entre le corps et l'objet d'information, telle qu'elle apparaît à travers les différents DP menés lors de la recherche sur le mouvement

Dans les évocations des personnes interrogées, il semble y avoir un rapport très étroit entre le corps de la personne et l'objet d'information qu'elle cherche à s'approprier, que cet objet soit concret ou abstrait, simple ou complexe, vivant ou inerte. Il y a véritablement incorporation de cet objet, mais selon des trajectoires différentes.

En effet, ce rapport peut aller dans **deux directions, du corps vers l'objet et de l'objet vers le corps** :

1. le corps s'empare mentalement de l'objet, il va vers l'objet ou la personne

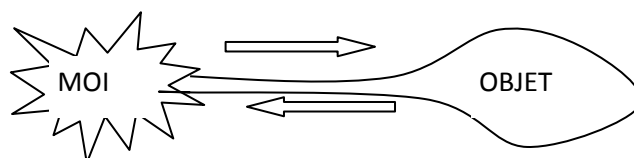


Le mouvement est alors "centrifuge" et l'incorporation se fait par projection du corps vers l'objet.

- **la jonction est totale, même si elle est progressive**
 - **La jonction se fait à partir d'un mouvement du corps vers l'objet et est progressive**

Certaines personnes décrivent explicitement le mouvement qu'elles font mentalement de leur corps vers l'objet ou la personne qu'elles cherchent à saisir en attention et en compréhension :

- ❖ Denise pour s'approprier l'image d'un visage peint dit : "*Je me suis mise à la place du visage et j'ai senti l'ombre sur la partie droite de mon visage : c'était plus chaud. J'ai été attirée par la clarté de l'œil et j'ai plongé dedans.*" Le mouvement vers l'objet est ressenti.
- ❖ Cathy dit qu'elle a "*le sentiment d'avoir une empathie avec l'objet de perception au point d'avoir parfois l'impression d'entrer dans la chose perçue.*" Elle entre dans les objets au point de ressentir la lumière d'un phare ou la froideur du métal ou de vivre le rythme d'une batterie. Quand elle veut évoquer un objet, elle "projette" à partir d'elle une ligne qui détoure l'objet et revient vers elle de manière fulgurante. C'est le point de départ d'un parcours et son corps s'engage dans ce parcours. C'est une espèce de filet qui est ressenti, mais qui n'est pas "vu".



un Cathy cerne l'objet et définit ainsi l'espace qu'il occupe par rapport à son corps. C'est un mouvement successif, mais fulgurant qui part d'elle et qui englobe l'objet.

- ❖ Sylviane fait la même démarche de détourner l'objet, mais avec un mouvement oculaire interne. Quand on lui demande, en sophrologie, de voir un arbre, elle ne le voit pas, mais, dit-elle, "*Je fais mentalement le contour de l'arbre. Je le dessine, mais sans image, avec quelque chose qui est de l'ordre du mouvement et qui me semble oculaire dans ma perception interne. Avec ce mouvement oculaire, je dessine ce contour. Et puis après j'entre dedans.*" Plus loin, elle confirme que pour évoquer l'arbre, elle se met en mouvement pour en tracer le contour : "*L'arbre, dans ma tête, je pars du sol et j'en dessine la silhouette. (...) Progressivement. J'en dessine le contour et, une fois que le contour est là, je peux l'habiller.*" Il se passe la même chose avec l'évocation du citron : c'est la "tute" (l'extrémité protubérante) du citron qui le définit d'abord et elle dit : "*J'ai l'impression d'être dessus. (...) j'ai eu l'impression d'en faire le tour, mais pas avec ma main. (...) Parfois j'ai l'impression que mes yeux bougent, mais là non, c'est comme s'il y avait un trou à l'intérieur.*" C'est le contour dessiné progressivement par son "oeil" mental qui fait exister l'objet et lui permet de l'incorporer.

➤ **La jonction est globale et instantanée**

D'autres personnes s'identifient à une personne ou à un objet et le ressentent dans leur corps ou dans une partie de leur corps, mais elles ne décrivent pas de mouvement qui les mène vers cette personne ou cet objet. Peut-être l'identification est-elle instantanée et très globale ou n'ont-elles pas pris conscience d'un mouvement "vers", parce qu'il est trop rapide. Elles ne vivent pas la successivité dont parlent les personnes citées ci-dessus.

- ❖ Vinciane, dans un des premiers témoignages qu'elle nous a donnés parle de son geste d'attention et dit : "*Je suis la chose ou la personne.*" Elle explore la chose sous tous ses aspects. Elle devient la chose. Petite, elle regardait sa mère faire une béchamel et pour savoir comment tourner dans la sauce afin d'éviter les grumeaux, elle devenait tantôt le fouet en mouvement, tantôt la sauce elle-même pour tester les changements de consistance. "*Je suis tout. La sauce, je vais de temps en temps aller vérifier si cela suffit, c'est tout. Mais le fouet, je sens qu'il est un peu rigide, mais que quand j'appuie, il s'écrase et je peux aller racler les bords. Ce sont des aller et retour.*" Vinciane, si elle pense à une voiture de course, devient tour à tour le pare-choc qui vibre, le volant qui dirige, les pneus qui adhèrent et c'est ainsi qu'elle va tester la bonne conduite. Chez elle, la fusion est immédiate, elle ne se sent pas aller vers l'objet, elle est l'objet. Elle rencontre dans un grand magasin un papa bien embarrassé, parce que sa petite fille d'un an et demi pleure et s'agite dans sa poussette. Il s'adresse à Vinciane et lui dit : "*C'est difficile de ne pas savoir.*" Vinciane, très vite, devient la petite fille : "*Quand j'ai vu le bébé, j'étais le bébé. Je le voyais bouger sa tête. J'ai senti qu'elle avait chaud et qu'une mèche de cheveux dépassant du bonnet la gênait.*" Elle peut alors proposer au papa d'enlever le bonnet et la petite se calme. Elle parle d'empathie à propos de cette démarche.
- ❖ Valérie, quand elle lit le texte de Nathalie Sarraute, se met à la place de la petite fille, elle a "*la sensation d'être toute petite dans un grand espace*". Son corps est vécu d'une manière inhabituelle. Elle ressent physiquement sa peur et, quand elle se détend, Valérie sent "*qu'elle*

remet la tête à droite, à gauche, qu'elle se détend." Elle a incorporé les sensations physiques et les émotions du personnage, ce qui lui permet de le comprendre.

- ❖ Viviane écoute le texte de M.Yourcenar racontant le départ de Zénon qui s'éloigne de Bruges: *"J'ai capté les déplacements et les actions que je vis : c'est moi qui me déplace, qui ai fait l'effort de monter sur la dune; je sens le mouvement."* C'est Zénon qui se meut, mais Viviane est à sa place et vit ses mouvements dans son corps.

- ❖ Lucie, quand elle est en observation d'une personne faisant des gestes qu'elle désire refaire dit *"Je vais ressentir ce que fait la personne, je vais devenir la personne qui est en train d'agir et du coup je vais ressentir ce que ressent cette personne."* Ce mode d'identification corporelle lui permet un apprentissage très rapide des gestes (voir son apprentissage de la natation ou de la guitare uniquement par observation visuelle). C'est quand le moniteur de l'auto-école lui dit qu'elle doit devenir la voiture en train de rouler qu'elle intègre les gestes de la conduite automobile. Cette projection de soi dans une personne qui bouge physiquement ou émotionnellement (cf. son prof de français) ou dans un objet (la voiture) lui permet d'être attentive, mais aussi de comprendre au point de pouvoir reproduire le geste à l'identique .

Cette identification ne se produit pas seulement quand elle doit intégrer des gestes, elle est présente aussi quand elle doit comprendre un fait, un objet ou une idée : interrogée sur les bouleversements physiologiques que peut provoquer son contact avec le monde, elle déclare: *"Je me rends compte qu'une telle hypersensibilité aux phénomènes est liée aussi à l'identification aux autres et même aux objets."* Quand elle a à traiter des événements (par exemple en histoire), elle dit : *"Je suis l'événement et l'événement est moi, finalement."* Elle dit qu'elle a besoin de *"savoir la cause profonde de chaque chose"*. Et pour cela, elle a trouvé que *"la meilleure méthode pour réussir à comprendre les choses et les gens qui m'entourent, c'est de me mettre à leur place et de devenir eux."* Elle raconte qu'elle peut s'identifier aux personnes et aux objets par le biais d'évoqués tactiles (qu'elle collecte depuis qu'elle est toute petite au point de parler d'une banque de données tactiles) : *"Je me fie à ce que je peux ressentir au bout de mes doigts et, du coup, ça se retransmet dans mon corps (...). Et parfois, je ne le ressens plus, j'ai l'impression de ne faire qu'un avec l'objet. Pour raconter une anecdote, l'année dernière, j'avais mon portable dans la main. Il y avait une piscine et j'ai oublié que j'avais mon portable dans la main. J'avais l'impression que je ne faisais qu'un avec cet objet, que j'étais dedans."* Lucie a plongé avec son portable!

Lucie nous donne un indice important : elle se souvient qu' enfant, elle a beaucoup tacté les objets et elle s'est constitué ainsi *"une banque de données"* d'évoqués tactiles. A certains moments, elle a conscience qu'elle prend d'abord contact avec l'objet de son attention en évoquant ce que ressentiraient ses doigts (*"Là Raphaël va porter ce polo-là, il a telle texture de peau, si je devais toucher ses dents, elles me donneraient cette sensation-là."*), mais à d'autres moments, l'incorporation se fait immédiatement, sans conscience d'évoqués tactiles en mouvement.

- ❖ Cette banque de donnée sensorielle, Vinciane l'évoque également. Elle dit que, petite, elle ne portait rien à la bouche, elle tactait et elle contemplait. Elle a conscience de pouvoir activer très vite toute une série de sensations qui lui permettent de s'identifier aux personnes et aux

choses. Et, comme Lucie, il lui suffit d'observer les gestes d'une personne pour pouvoir les refaire elle-même sans long apprentissage. C'est ainsi qu'elle a su conduire une voiture sans écolage, qu'elle a pu jouer de divers instruments sans apprendre vraiment et que, petite, c'était elle et non ses frères que son père appelait pour réparer les vélos de la famille!

- **l'objet est "tacté" mentalement**

Ce contact peut se faire par un mouvement mental des mains (Lucie), de l'œil (cf. Sylviane et le contour de l'arbre) ou du corps entier qui survole l'objet sans vraiment le toucher. Dans les cas cités précédemment, cette "palpation" peut précéder la fusion. Mais dans tous les cas, le corps va vers l'objet. Il se peut aussi que cela n'entraîne pas de fusion. La personne s'approprie l'objet en le "tactant" mentalement, mais il reste en dehors d'elle.

❖ Claire lit la description d'un petit cabaret au Burundi. Pour comprendre le texte, elle doit en priorité s'approprier l'ambiance du lieu : "*Cela m'amène à planter le décor, à mettre les choses en place. Quand c'est comme ça, cela m'entoure, cela me prend avec.*" Elle doit ressentir pour commencer à comprendre : "*Aller chercher la sensation de l'intérieur. Sans cela je ne peux entrer dedans.*" Elle insiste sur le fait que cela lui "*donne la sensation d'être là sans être là*". Elle marche sur la terre, sent les odeurs, sent l'inconfort des tabourets et l'esprit d'égalité qui règne dans le petit cercle des buveurs, mais dans une espèce de dédoublement qu'elle détaille ainsi : "*Ce n'est pas mon corps qui entre dedans, c'est comme si j'envoyais mes yeux et les capteurs sensoriels mais ce n'est pas moi. Je n'ai vraiment pas la sensation d'être dans le cabaret, mais mes sens y sont, c'est cela qui est bizarre à dire, je ne me suis pas assise sur le tabouret, mais je sais qu'il y a quelque chose qui est allé le toucher. Comprendre, c'est aller voir du point de vue des autres ce que moi je ne vis pas, mais qui est vécu par les autres. Donc c'est essayer de rentrer dans leur compréhension.*" Plus tard, elle ajoute : "*Quand je ressens, je ne suis pas dans la pièce, c'est comme si j'envoyais un drone dans la pièce qui a mon nez, mes yeux.*" Ce sont bien ses sens qu'elle projette dans le texte et qui lui fournissent le sens du texte, mais il n'y a aucunement fusion. Il s'agit plutôt de saisir une ambiance par empathie sensorielle, tout en restant résolument décentrée. Elle insiste sur le fait que comprendre n'est pas expliquer : "*Pour moi, comprendre, c'est s'engager dans tout le corps. Expliquer, c'est beaucoup plus neutre, beaucoup plus rationnel. Donc, si je comprends avec tout mon corps, il faut que je sente, il faut que je ressente.*"

On est bien devant un phénomène d'incorporation: Claire "donne corps" au texte. Elle procède de la même façon quand on lui demande ce qui lui vient en tête quand on dit le mot "perroquet". Elle se répète le mot, voit une vague image, mais le mot ne prend du sens que lorsqu'elle l'incarne physiquement : "*Je sens son odeur et je sens la vibration comme si je mettais la main sur le cou d'un perroquet - quand tu sais à quel point j'ai peur des animaux, tu comprends que je n'ai jamais fait cela à un perroquet et que jamais je ne ferai cela. Je n'ai pas beaucoup d'odorat mais dans ma tête je le sens.(...) La vibration, oui! Cela donne son existence au perroquet. Il existe parce que je le touche? C'est du temps et ce ressenti est en moi. Mentalement, je le sens vivre. Il y a un contour qui vibre.*" C'est le mouvement de la vie qui donne sens au mot à travers le contact mental avec l'oiseau.

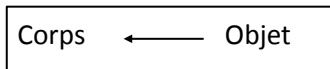
- ❖ Denise raconte comment elle a donné du sens au problème du cube que lisait Catherine Malicot. Cela s'est fait en 3D avec des impressions d'images tant qu'elle était en compréhension, mais quand elle a cherché la solution (geste de réflexion), elle a palpé mentalement les parties du cube qui l'intéressaient : "Avec mes doigts (que je ne voyais pas), j'ai senti les trois faces des cubes situés au sommet. Je pense que je mettais en évidence 3 doigts de ma main (pouce, index, majeur). Et j'ai touché les 3 faces des cubes situés aux sommets. J'ai évoqué le mouvement de ma main, mais je ne l'ai pas bougée et je ne l'ai pas vue." Le mouvement de ses mains mentales va évoluer vers les autres parties du cube qui sont en question. Elle s'empare de l'objet par le biais d'une succession d'évocations "haptiques" qui lui permet de le faire sien. Elle découvre d'abord les propriétés statiques de l'objet pour le comprendre, puis elle introduit un mouvement tactile pour trouver la solution du problème.

- ❖ Une autre personne raconte comment elle découvre un paysage : "*Je dois le parcourir du regard, mais simultanément je l'évoque aussi physiquement, c'est comme si je le survolais, je nageais au-dessus, comme un oiseau survole un champ ou la mer. Je ressens ce mouvement dans mon corps. (...) C'est avec tout mon corps que je le survole. (...) Je sens en moi le mouvement nécessaire pour l'épouser. Je bouge dans cet espace, je le survole et c'est comme si je le palpais, j'en sentais les moindres reliefs. Je peux sentir le côté fluide du blé doré soufflé par la brise, l'herbe douce, le relief des champs que je suivais comme si je les caressais de la main.*" Cette fois, la palpation se fait avec tout le corps par le biais d'un survol. Si ce tact permet de ressentir corporellement certaines propriétés du paysage (la fluidité, la douceur, le relief), la personne ne devient pas le paysage. Il reste en dehors d'elle.

- ❖ Gabriel (14 ans) confie que pour évoquer sa chambre afin de la décrire, il la survole "*en mouvement. Passant par tous les objets. les frôlant...*". Il fait cela quand il veut être attentif. "Cela me permet d'être dans la chose et donc d'en avoir toutes les composantes." Il a regardé le radiateur dans la pièce de travail et il dit "*l'avoir survolé, être entré dans tous les recoins*". Il fixe son attention sur une photo et dit ensuite : "*Mon esprit est allé tourner autour de la photo. Cela durant tout le temps où je regardais les détails. Cela me permet d'en avoir tous les détails, de tout posséder.*" Dans ce cas, le jeune homme semble évoquer une fusion ("être dans la chose"), mais il décrit surtout le survol et l'exploration de tous les détails avec son corps et en mouvement.

2. L'objet est mentalement intégré dans le corps

Certaines personnes interrogées semblent faire le mouvement inverse et amener l'objet d'information dans leur corps: il y a in-corporation de l'objet au sens étymologique du mot. On trouve les deux mouvements chez une série de dialogués, mais ils semblent avoir une finalité différente.



- **l'objet se loge dans le corps**

❖ Lucie exprime très clairement et à maintes reprises le fait que si elle devient d'abord l'information, dans un 2ème temps, elle "stocke" les informations dans certaines parties de son corps et que cela lui permet de les mémoriser et de les retrouver pour les utiliser. Elle décrit le processus quand, par exemple, elle s'intéresse à un artiste en histoire de l'art : "*Aussi étrange que cela puisse paraître, je vais devenir la personne et, du coup, cela va créer un sentiment, et après il va se stocker dans un endroit de mon corps.*" Elle dit à un autre moment : "*C'est comme si, quand je dois ressentir quelque chose, cela devenait une sorte de grosse boule en 3D, de la matière.*" Ces boules de matière, Lucie les compare à un bloc d'argile, mais elle ajoute : "*Une sorte de mélange d'argile et d'un organe, quelque chose de vivant.*" Ces informations sont tellement intégrées à son corps qu'elle les ressent "*presque comme un organe en fait*". Ces zones sont vivantes "*parce qu'il y a des moments où ça peut se mettre en mouvement, où je peux activer certaines zones et elles vont grandir du coup.*" Et quand elle veut relier les éléments entre eux "*ils vont se prendre et cela va donner autre chose*". Il y a en elle "*une espèce de réseau*" et elle peut se focaliser sur l'un ou l'autre élément, "*composants de la grosse boule que je ressens tout le temps*". Et ce remaniement s'opère en mouvement d'une partie du corps à l'autre: "*La partie que je focalise va s'agrandir, je sens toujours le reste, mais je vais donner du volume à ce qui m'intéresse à ce moment-là.*" Ces boules de matières sont donc mobiles ou, en tout cas, Lucie peut à tout moment créer un mouvement pour relier les boules entre elles. Elle les utilise pour résoudre des problèmes et faire du sens.

❖ Vinciane collabore avec son mari pour changer les plaquettes de frein. Dans ce but, il faut déplacer un petit ressort et il est impératif qu'il reste étroitement serré. Mais le couple ne dispose pas de l'outil adéquat. Il faut chercher une solution. "*Ce ressort, parce qu'il y a cette notion de force qui doit le maintenir, il se place dans mon estomac. En posant le ressort, si on le laissait sauter, on ne pourrait plus le remettre à sa place, donc il fallait le contenir tout en le laissant se détendre un petit peu. Du coup, c'était au niveau de l'estomac que je l'ai senti. Tant qu'il était là, j'avais l'impression qu'on maîtrisait juste ce qu'on pouvait lui laisser faire. Le reste des mouvements, je les sentais ailleurs dans mon corps. Le roulement... Je sentais le frein qui tournait. Il fait un mouvement comme ça dans le corps (vaste mouvement circulaire) tout en étant attaché à ce ressort. (...) Ils sont dans mon corps, mais ils ont plus d'espace, parce qu'ils testent la dangerosité. Si je les sens dans tout mon corps, c'est qu'il va sauter, ce truc. Si je sens que non, c'est axé, ça monte, ça descend en moi, c'est que c'est bon, c'est équilibré et ma respiration, à ce moment-là, ah! ça y est. Dès qu'il y a une satisfaction, quelque chose qui se pose, la respiration reprend un rythme calme. Tant que le problème n'est pas résolu, elle est très thoracique plutôt que d'être ventrale ou alors je n'ai pas d'expiration profonde.*" Vinciane revient régulièrement au ressort pour tester ses réactions aux différents mouvements qu'elle

imagine: " il est testé dans sa résistance, sa matière. L'odeur de la rouille, pendant un moment, c'est important. Je demande à Thierry de quand date ce ressort. Il me répond qu'il est solide, que ce n'est pas le problème. Hop! je n'ai plus l'odeur de la rouille, parce qu'il n'y a plus de risque qu'il casse. L'odeur de la rouille traduit mon inquiétude par rapport à l'usure. On est de nouveau dans ce trop-plein de renseignements que je veux essayer d'avoir et très vite, je filtre, je filtre, toujours avec ce projet final : il faut intégrer le ressort dans les étriers." Contrairement à Lucie, Vinciane ne transforme pas les objets qu'elle incorpore de cette façon, sauf quand elle a trouvé la solution: " Et ne me demande pas pourquoi, le ressort va devenir bleu, enfin, turquoise, quand j'aurai trouvé la solution." En revanche, où elle la rejoint totalement, c'est dans l'idée que ces objets incorporés sont vivants : "Ca, c'est essentiel. Le ressort, il est vivant. Le disque de frein, il est vivant, il est froid, il doit tourner. Les plaquettes de frein, les deux charbons, j'ai la sensation de leur matière, ils sont vivants. Parce qu'il y a des moments où je peux les mettre en mouvement, ils peuvent grandir. C'est comme si on mettait une loupe, et hop!"

❖ Claire veut s'approprier une phrase difficile à prononcer : "Angèle et Gilles en gilet gèlent". Au départ, elle la répète à toute allure plusieurs fois : "Rien ne se passe dans ma tête, ça reste dans ma bouche. Je la fais tourner comme un bonbon." Puis elle la prononce très lentement : "J'ai l'impression qu'elle est entrée dans mon corps et qu'elle est à l'intérieur de moi et qu'elle va partout. Il faut qu'elle aille partout pour que je comprenne."

Parfois, il y a symbiose entre des mouvements agis et les mouvements mentaux. Claire se rappelle que, lorsqu'elle étudiait, elle remuait une jambe en rythme et, "quand je trouvais le bon rythme avec ma jambe, il y avait un rythme à l'intérieur de moi qui se mettait en place. (...) Les choses rebondissaient à l'intérieur de moi et s'emboîtaient. (...) Je ne vois pas les liens dans ma tête, il faut que ces liens se fassent par du mouvement. (...) C'est comme si tout entraînait en vibration : tu commences par le bout du pied, puis si je trouve le rythme, c'est tout mon corps qui bouge et à ce moment-là, quand tout mon corps est dedans, ça peut entrer. Dans ma tête, ça saute vraiment."

❖ Carine reçoit dans son corps toutes les impressions venues du dehors. Elle a dû apprendre à se défendre contre cette profusion qui avait tendance à l'envahir : "Quand on me raconte quelque chose, je le prends en sensations aussi et j'ai dû apprendre par exemple à ne plus **incorporer**. Parce que je me souviens, quand je faisais de la relance de texte - je l'ai fait beaucoup dans les ateliers d'écriture - j'ai toujours incorporé. Je pense que je faisais ça dans les accompagnements aussi. Je me souviens que je me suis trouvée devant une pièce de théâtre de Veronica Mabardi et je me suis dit : "C'est trop, je n'arriverai jamais à incorporer tout ça!"

Deur - Qu'est-ce que tu mets dans ce terme "incorporer"?

Dée - C'est mettre à l'intérieur de soi et pas là (elle montre l'espace devant elle). Je pense que quand j'étudie quelque chose, je l'incorpore.

Deur - Ce n'est pas toi qui vas te mettre dans la chose, c'est la chose qui va se mettre...

Dée - Dans moi.

Deur - A un endroit précis?

Dée - Ça, je ne sais pas (silence). Il y a un souvenir précis qui me revient. C'était une exposition de peinture où j'ai eu mal au bras. Je me suis dit : "Il devait se faire mal en peignant." et je l'ai senti dans mon bras. De cela, je me souviens, mais quand je lis quelque chose ou que j'entends un texte, il vient à l'intérieur, mais je le mettrais pas dans mes jambes ou dans mes bras, il vient dans mon tronc.

Deur - Dans l'estomac ou ailleurs?

Dée - Oui. C'est comme si je digérais. Presque comme si je mangeais la chose et que je l'incorporais. Alors, ça restait. Et quand c'était incorporé, alors, je pouvais en faire quelque chose. Et en dire quelque chose. Alors j'ai compris qu'avec le texte de Véronica, je pouvais aussi le mettre devant. Parce que là c'était trop, je n'arrivais pas à prendre tout cela."

- **l'objet imprègne l'image du corps**

Dans certains cas, l'objet imprègne l'image du corps et lui donne une impression d'élan ou de direction correspondant à un déplacement à faire.

- ❖ Sylviane, quand elle mémorise un itinéraire, ne ressent pas les déplacements dans son corps, elle ne se sent pas dans sa voiture, mais " *c'est ma direction qui bouge. Je m'élanche vers...*" C'est comme si les directions à prendre changeaient l'orientation de son corps et lui donnaient ainsi la structure essentielle du plan. Ces élans me semblent être une potentialité de mouvement, le mouvement réduit à sa direction de départ et ressenti corporellement.
- ❖ Cathy, évoquant la phrase "Le cheval galope", dit qu'elle a le sentiment de mettre le cheval "en route", qu'elle est "*l'impulsion, l'énergie du cheval*". Là aussi son corps s'est approprié la potentialité de mouvement du cheval.
- ❖ Laurent, géographe, guide une longue promenade dans une forêt de hêtres. Il regarde la carte pendant deux minutes, puis dirige le groupe sans se tromper pendant deux heures et demie. Interrogé sur ce qu'il a fait dans sa tête, il dit n'avoir aucune image mentale de la carte; il a mémorisé des changements de direction de son corps correspondant à l'itinéraire choisi.

Les personnes interrogées travaillent toutes dans leur tête en prenant contact avec les objets d'information sous une forme corporelle (ce que nous avons appelé **l'incorporation**), qu'il s'agisse d'un contact lié à un organe de sens précis (le toucher, l'odorat, le goût) ou de contact avec tout le corps. Il y a toujours du **mouvement ressenti**, qu'il s'agisse d'aller vers l'objet ou de le faire venir à soi, ou, tout simplement de ressentir un rythme ou des vibrations, qui sont aussi du mouvement.

Beaucoup disent n'avoir que peu d'évocations visuelles et pourtant elles se sentent inscrites dans un espace souvent délimité (cf. l'importance des contours) qui évolue : elles conjuguent donc simultanément et successivement.