

Entretien avec Vinciane – Illustration de la notion d’incorporation, d’envahissement et de régulation.

En italique les mises en contexte et les actions.

Elle me parle d'une séance où Thierry voulait resserrer les plaquettes de frein de sa voiture. C'était compliqué, parce qu'il fallait maintenir serré un petit ressort et qu'il ne possédait pas l'outil ad hoc. Dans des cas comme ceux-là, Vinciane observe et elle trouve généralement la solution, parce qu'elle devient l'objet, ici, le ressort.

V. - Ce ressort, parce qu'il y a cette notion de force qui doit le maintenir, il se place dans mon estomac. C'est la problématique. Je me demande si les problématiques ne se mettent pas 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 du mouvement, je le sentais ailleurs dans mon corps. Le roulement... Je sentais le frein qui tournait. Il fait un mouvement comme ça dans le corps (vaste mvt circulaire) tout en étant attaché à ce ressort.

Deur : Donc, le ressort, qui est l'objet qui doit rester statique, il est localisé dans ton estomac, mais les mouvements à proprement parlé, ils voyagent dans ton corps?

V. - Ils sont dans mon corps, mais ils ont plus d'espace, parce qu'ils testent la dangerosité. Si je le 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.

Deur : Tu fais un tri perceptif, tu distingues (sans le faire consciemment) ce qui implique du mouvement et là ça voyage dans ton corps?

V. - Dans mon corps, sur mon corps, autour de mon corps.

Deur : - D'accord. Tandis que ce qui constitue l'état, ça, c'est localisé dans ton corps?

V.- Oui et, très très vite, cet état, 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.

Deur : - Il y a des allers et retours...

V. - Chaque nouvelle question va me ramener - beaucoup plus vite et moins intensément - à la case départ de tout qui est là qu'il faut vite trier pour voir ce qui est nécessaire. Il y a beaucoup d'aller-retour, mais ils vont être chaque fois différents. C'est une vérification. Il peut encore y avoir un envahissement, mais c'est rare. Cela peut être provoqué par l'interlocuteur. Si je sens l'impatience de Thierry d'avoir une solution rapide, je risque de m'enliser complètement. Là on est parasité par l'affect. La peur de ne pas être à la hauteur.

On discute du fait qu'être toujours sur le point d'être envahie de sensations est fatigant. Vinciane dévie et me raconte :

V. - Je suis venue avec une pelote de laine dans l'intention de crocheter des petits chaussons, j'ai trouvé un modèle. Je commence à lire. J'ai regardé ma belle-sœur, elle me connaît bien et elle me dit : "Oh! Toi, tu ne vas pas suivre le modèle!". J'ai dit : "Je vais juste prendre les mailles de départ pour avoir la taille du petit pied." Et hier soir, elle me dit : "Je peux voir ce que tu as fait?" En fait, je n'ai pas fait de chausson, mais de petites sandales avec une petite bride. Elle me dit : "Mais, c'est génial! C'est adorable." A chaque tour de maille, je ne savais toujours pas où j'allais, mais ça se faisait. Tout, dans le faire, prend forme. C'est facile. Je ne dois pas calculer, mesurer. Et j'ai réussi à en faire deux pareils, parce que je sens dans mon corps que j'ai tourné autant de fois, puis que j'ai pris, que j'ai senti. Et je sentais mon pied : non, là ton orteil ne va pas être confortable... Et je l'ai fait. Sans modèle. L'idée m'est venue d'une petite photo que j'ai vue. C'est dans le faire que toute cette harmonie de sensations dans le corps et de mouvements qui l'accompagnent pour être dans de bonnes proportions, pour être dans le bon ajustement des choses rend les choses simples. Après quand tu m'interroges pour savoir comment je fais, je dois rebrousser chemin, mais je dois partir de la finalité de l'avoir fait. Si tu me demandes comment je vais faire, ce n'est pas possible. Je ne vais jamais faire ce que je t'avais dit que j'allais faire.

Deur : - J'ai l'impression que tu travailles ainsi avec les gens aussi. Tu sens ce que tu dois faire, mais tu ne sais pas toujours pourquoi.

V. - Oui, c'est vrai. Par contre, une fois que j'ai senti ce que je devais faire, je le réinterroge avec beaucoup de calme, pour être sûre que ce n'était pas moi qui pensais pour eux, que ça vient bien d'eux. Mais je ne réinterroge que ça. Et je les préviens tout le temps de ce qu'on va faire. Je vais m'occuper de ça et, quand on aura terminé, on visitera telle autre problématique. Mais dès que j'ai senti qu'il y avait quelque chose qui ... Ah! c'est là! C'est une finalité possible, parce qu'il a déjà donné tous les éléments. Alors j'y vais.

Nous revenons à la discussion sur le mot "ressenti".

V. - Quand on l'écrit en un mot, c'est quand on n'est pas encore allé dans ce que tu appelles le décalage, la distance, mais on peut y revenir régulièrement au cours du même projet. Mais chaque fois qu'on passe au-delà du "stop", qu'on se met en décalage, on est en re-senti.

Deur : - Dans le *Vocabulaire*, p.97, il parle de re-senti. (*Je relis le passage et nous en discutons*).

Tu vas vers les choses que tu veux observer – tu vas vers ton ressort - et puis tu reçois quelque chose en échange. Ça, c'est pour moi le côté passif. Je vais à la rencontre par mon geste d'attention, je vais explorer, donc je mets en route la perception et je reçois un écho dans le fond et ce serait ça le re-senti. Quand je vais vers les choses, je les sens, mais après je vais avoir le reflet des choses. C'est "senti de nouveau".

Le ressenti en un mot, on le met avant le stop, parce que tu te contentes de sentir à ce moment-là, mais à partir du moment où tu as fait le stop, tu retournes aux sensations et tu as autre chose. Tu as un tri qui te donne de l'évocation. A ce moment-là, tu es dans une phase de re-senti. Tu n'es plus au stade de la sensation, tu as fabriqué quelque chose, mais qui est en lien avec les sensations.

V. L'active passivité, elle va être dans l'écho que tu reçois. Alors que ta passive créativité, tu vas vers avec un but, une attente. Je pense à Mathieu qui dit "Je regarde la personne et je sens qu'elle attend quelque chose. Tu sais, quand il présente son montage et qu'il me dit : Je n'interroge pas les gens, je m'imagine être à sa place et je sens s'il est à l'aise." Donc il va vers cette observation avec son projet créatif de dire "Qu'est-ce que je dois attendre?" et il reçoit cool Raoul, mon vieux, je suis bien, je t'écoute, c'est bon. Tu vois, pour moi, c'est ça.

Deur : - Quand on est en méditation, on est en attente sans autre projet que de regarder passer le train, d'être présent à ce qu'il se passe.

V. - Etre hyper lucide par rapport à ce qui va venir, mais ne pas être focalisé sur ce qui doit venir.

Deur : - Dans le travail cognitif, comme on a un projet, on est beaucoup plus tendu vers une finalité, mais quand on est en difficulté, on a intérêt à se ménager une pause structurante. Au lieu d'être dans la tension "Je dois y arriver!" tout d'un coup, tu attends et cela vient. Tu as un projet sous-jacent, mais tu l'oublies pendant un moment et il travaille pour toi. Tu ne vas pas n'importe où. Quand tu te reconnectes, il y a une direction.

Deur : - Il n'y a pas conscience d'aller vers, c'est instantané.

V. - Ca se présente à nous comme ça, on n'y réfléchit pas.

Deur : - J'ai l'impression que les enfants fonctionnent comme ça quand ils sont petits. Ils nous regardent faire, ils n'analysent pas. j'ai l'impression qu'ils ont cette faculté d'intégrer directement dans leur corps toute une série de choses et mon hypothèse est que, en fonction de toutes sortes de facteurs, certains gardent cette faculté, comme toi, comme Denise dans une certaine mesure, comme Lucie ou Frédérique, et que d'autres la perdent.

V. - J'étais comme toi, jusqu'à ce que j'observe des enfants de maternelle. Je suis estomaquée de voir que quand on met un nouveau jeu, la maîtresse montre comment ça marche. Certains regardent et tout de suite, ça y est. Et il y a ceux qui sont maladroits au possible. Et là je m'interroge.

Deur : - Il peut y avoir d'autres facteurs, les yeux par exemple. Je vois cela plus largement que l'apprentissage des gestes physiques, c'est le fait de comprendre des choses à travers des sensations du corps. Vraiment au niveau mental. (...)

Nous reprenons le document sur la relation corps/objet.

V. Quand je vois quelqu'un qui fait quelque chose, je suis dedans, je suis ce que je vois. Tu vois, tourner dans une sauce béchamel... Quand on était petits, on pouvait aider Maman de temps en temps et je voyais ma sœur qui tournait le fouet circulairement. Cela m'énervait. Je voyais bien qu'il ne fallait pas faire comme ça, ça allait attacher. Tout de suite, tu sais, mais tu ne sais pas d'où ça vient.

Deur : - Quand tu dis : "Je suis ce que je vois", est-ce que tu te sens à la place de ta mère qui tourne dans la sauce ou est-ce que tu es à la place du fouet ou alors...

V. - C'est un va-et-vient. Quand je suis le fouet et que je fais ça (elle fait le geste de faire des 8 dans la casserole, puis de racler les bords), je passe partout et qu'il n'y aura pas de grumeaux.

Deur : - Tu as l'impression de faire le geste, toi?

V. -Je suis le fouet et si on fait ça avec le fouet, je sens le mouvement qu'on doit donner au fouet, mais je sens qu'il est un peu rigide, mais que quand j'appuie, il s'écrase et je vais aller au bord. Je suis en même temps la texture du fouet qui sait comment avoir une pression sur l'outil et en même temps je suis le mouvement qui... Ce sont des allers et retour...

Deur : - Quand tu dis "texture", tu sens la résistance du fouet, mais tu es aussi la sauce?

V.- Je suis tout. C'est difficile de décrire quand je suis l'un et quand je suis l'autre, mais je sais que l'attention n'est pas sur la sauce, parce que la sauce sera ce que j'en fais. Donc, la sauce, je vais de temps en temps aller vérifier si cela suffit, mais c'est tout. Par contre, ce fouet métallique sur lequel j'opère quelques pressions de manière à ce que ce fouet s'aplatisse pour aller prendre bien sur le bord, ça, je vais vérifier. Après, c'est automatique, j'ai mon geste et hop! hop! Ca y est, c'est parti. (...) Je vais dans toutes les étapes de ce que je peux devenir et à un moment, je me dis : "Ce n'est pas la peine de devenir la sauce tout le temps, parce que la sauce sera ce qu'en fait le fouet, donc il vaut mieux devenir le fouet et le mouvement. Là je te le verbalise, mais en fait c'est presque instantané.

Deur : - Ok. Je vais noter "Vinciane et la sauce" pour compléter ce document.

V. Dans l'exemple que tu donnes chez Lucie, tu parles de mimétisme. Mais il y a de la compréhension aussi pour pouvoir le reproduire à l'identique.

(On relit le commentaire sur Lucie et je signale que Lucie donne du souci à son père parce qu'elle ne finalise aucun projet d'étude. Vinciane se reconnaît dans ce parcours, explique qu'elle a fait plusieurs tentatives d'étude avant de choisir l'ergothérapie).

V. - En rentrant de mission humanitaire où j'avais découvert l'ergothérapie, je me suis dit que j'allais faire ça. Parce que en ergothérapie, tu as cette manière de devenir la personne handicapée pour sentir ce qui lui manque, donc, tout de suite, avec mon imagination, j'arrivais à me dire : "Si j'avais ça et ça, on pourrait corriger ça et ça." Tout de suite, ces aller et retour. Après la vie a fait que je n'ai pas continué.

(On continue à lire l'exemple de Lucie qui, petite, a beaucoup tacté les objets et qu'elle s'est fait une banque de données tactiles.)

V. - Maman m'a dit que jamais je n'avais porté des objets à la bouche. Par contre, je regardais et je tactais. J'observais. C'est pour cela que, quand on leur a dit que j'étais peut-être autiste, cela ne les étonnait pas, parce que j'étais contemplative. Petite, je pouvais rester longtemps à observer les choses et je sentais que je les possédais. Les regarder, les observer et aller les toucher. Et j'ai toujours eu un gros problème avec les gardiens de musée: je ne peux pas m'empêcher de vouloir toucher. Si je ne peux pas avoir contact avec la chose, c'est extrêmement frustrant. Quand je suis arrivée ce matin, j'ai tout de suite senti ce que tu devais ressentir d'avoir ton pull sur ta peau et ton foulard en soie.

Deur : - Est-ce qu'on est bien dans le ressenti?

V. -Tout à fait. C'est en amont d'une décision. Et d'ailleurs je pense que c'est ce que Lucie décrit quand elle parle de son cousin. Elle n'a pas commandé cela, cela se présente. L'autre jour, j'étais dans un grand magasin. Il y avait un petit bébé dans un maxicosy qui pleurait. Et le papa me regarde, puis me dit : "C'est difficile de ne pas savoir!" Et je lui ai dit : "Je pense que ses cheveux la gênent dans son bonnet." Parce qu'elle avait une mèche de cheveux qui dépassait. J'étais allée vers la tête et j'avais senti cela. Il a enlevé le bonnet et la petite s'est calmée. Il y a une empathie avec le bébé. Quand on a le tactile, on a tout, la température, le

volume, la texture et s'y ajoute très vite tous les possibles. Cette banque de données, elle ouvre à tous les possibles. Je suis toujours dans la prolongation.

(On relit le texte sur corps/objet et on met des notes en marge).

V. - Contrairement à Lucie et moi, chez les autres, il y a une succession de mouvements, alors que nous on est là, c'est instantané et global. Sylviane, j'ai l'impression que c'est dans sa tête, elle n'est pas dedans. *(Nous revenons à l'histoire du bonnet)*. Quand j'ai vu le bébé, j'étais le bébé. J'étais là : est-ce que la couche gratte? Je la voyais bouger la tête et il fait chaud dans ce magasin, le bonnet doit l'ennuyer. Mais j'étais le bébé. Avec l'expérience, c'est sûr qu'en étant le bébé, j'essaie déjà de trouver la solution. *(On lit l'extrait de Denise avec le cube, on est dans le tactile et il y a succession)*. J'ai l'impression que Denise, elle part du tactile, c'est sa constante, son projet de sens. A partir du tactile, elle mentalise le mouvement, mais si elle n'a pas le tactile, elle ne peut pas trouver le mouvement. Tandis que Lucie et moi, nous n'avons pas besoin de cette étape, peut-être parce que nous avons cette fameuse banque de données.

Deur : - Ici elle mentalise à partir de toucher immobile, puis de mouvements de la main. Mais elle n'est pas le cube. *(Autre lecture)* C'est du tactile de tout le corps, mais elle ne devient pas l'objet. Elle est aussi dans la succession. Par rapport au re-senti, elle exprime des sensations.

V. - Ces personnes-là ont peut-être une forme d'évocation en 3ème personne, alors que nous, nous sommes en 1ère personne. Elles restent à l'extérieur de l'objet.

Deur : - Il y a fusion, mais peut-on parler de 1ère personne? C'est le penseur qui rejoint l'objet. Il y a un dédoublement...

V. -Et c'est à la fois une garantie et un respect.

Deur : -Il faut faire attention avec la personne. C'est toujours moi qui pense, et cela ne veut pas dire qu'on est dans l'évocation. Je crois qu'il vaut mieux éviter.

(On aborde l'autre mouvement : de l'objet au corps).

V. - C'est impressionnant de voir comme Lucie et moi nous ressemblons. Sauf à propos des boules. Pour moi, la texture reste la texture, je ne la transforme pas. Pour moi, le ressort c'est le ressort. Par contre, il a son poids, son volume, il a tout. Où je la rejoins dans les boules, ce sont des choses que je mémorise sans vocabulaire. Avant de réciter Pythagore, pour moi, il y avait des choses ou anguleuses ou en boules. Maintenant que j'ai les mots, c'est différent. Il y a quelque chose au niveau de l'encodage. Si c'est compris au niveau du concept, cela va être beaucoup plus affiné et les places choisies vont être beaucoup plus ciblées.

Deur : - Tu m'as dit que le ressort, tu le localisais dans l'estomac, et il était contenu, mais après, pour chercher la solution, cela voyageait dans ton corps.

V. - Le ressort est toujours là, parce qu'il faut que je puisse vérifier: je vais pouvoir en permanence contrôler si ce que je fais est bien. Mais je serai dans tout le corps pour tester les solutions possibles : le disque du frein dans la longueur de mon corps, l'étrier qui ressemble à un petit fer à cheval, tout va être là et là. Et la sensation de force, de serrer... Ce ne sont pas des images, ce sont vraiment des sensations. Parfois, j'appuie avec des images pour être sûre que je ne vais pas penser des choses qui ne sont pas possibles. Et la respiration! Rien que d'en reparler... Et ne me demande pas pourquoi, le ressort va devenir

bleu, enfin, turquoise, quand j'aurai trouvé la solution. La similitude la plus frappante avec Lucie, c'est qu'elle parle de quelque chose de vivant. 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! (...) Quand je repense à ce ressort, il va se mettre immédiatement là où il a pris du sens. Depuis l'enfance, je sais que j'ai un projet de sens de réflexion imaginative, de transfert.

(On travaille sur le DP avec Elodie)

Il est beaucoup question de régulation à cause d'un trop-plein d'émotions qui la parasitent. La pensée est bloquée par une émotion paralysante. Elle doit agir physiquement pour libérer la pensée. Elle va marcher ou courir pour évacuer les émotions et pouvoir réfléchir. C'est aussi une forme de mise à distance. La respiration l'aide beaucoup à sortir de la nébuleuse pour pouvoir accéder à l'attention.

Elle est précipitante et doit se poser des ralentisseurs.

Elodie, comme Lucie, ne réagit aux objets (la bouteille) que quand ils sont contextualisés et impliquent un mouvement à faire (par exemple essuyer). Les choses statiques ne la font pas réagir.

V.- Après avoir régulé l'émotionnel, elle enclenche un tri par ce mouvement, elle range les choses dans sa tête et à ce moment-là elle se les parle. Mais pas pendant qu'elle court.

Elle se met à la place des bébés dans les lits trop grands et elle a un ressenti physique d'être perdue dans le lit. Elle a appris ce fait, mais cela prend du sens parce qu'elle le vit en ressenti corporel.

On retrouve chez elle le rôle de la respiration en lien avec l'émotion.

Dans l'exercice de mémorisation de la scène égyptienne, elle reste très extérieure, jusqu'au moment où on lui propose de devenir un personnage. Alors tout s'anime. Quand on parle d'esclavage, elle déclenche et veut comprendre.

Elle découvre, à travers différents exercices, qu'elle aurait pu apprendre des poèmes par coeur si on l'avait laissée jouer le contenu comme au théâtre.

Elle sent dans son corps les directions du plan.

On repart sur la définition des mots : sentant / senti à illustrer par des exemples.

Le mot "ressenti" pose problème. Discussion à partir du texte que j'avais rédigé la veille. On parle de la nécessité de "filtrer" quand on mène beaucoup de projets à la fois.

V. - Aujourd'hui, comme j'ai toujours beaucoup de projets, je suis obligée de trier. Et cela me met à l'abri de cette confrontation envahissante. Du moins aussi longtemps que le projet que j'ai prévu peut s'installer. Il ne faut pas grand-chose pour que cela revienne.

Deur : - Est-ce que les artistes qui, souvent ne savent pas où ils vont, n'ont pas intérêt à laisser libre cours à cette nébuleuse? Parce que s'ils filtrent trop, ils coupent leur créativité.

V. - Oui, tout à fait. Mais est-ce que ce n'est pas en lien avec la dominante perceptive de chacun? Quand on est dans une dominante d'appréhension par le corps, est-ce qu'on ne risque pas davantage d'être envahi? Cela concernerait surtout ceux qui ont besoin de devenir la chose elle-même, qui cherchent une résonance avec leur vécu.

(lecture et correction du texte écrit la veille au soir - idée de mettre des exemples dans le texte sur corps/objet)

V. - Denise ou Valérie, quand elles prennent l'objet, qu'elles le tactent, il reste à l'extérieur. Il y a deux directions assez différentes. Il y a ceux qui restent dans le tactile, alors que chez les autres, il y a une fusion. Ceux qui tactent, ils décrivent un espace et, une fois qu'ils l'ont cerné, ils peuvent aller plus loin dans la compréhension, la réflexion, etc. Alors que les autres, c'est par le ressenti de ce qu'ils sont, au niveau matière, au niveau texture ou comme dit Lucie : « Le peintre, j'ai besoin de savoir qui il est, parce que cela justifie l'émotion qui l'habitait pour peindre ça comme ça. »