

Commentaire de l'ouvrage de Pierre Vermersch "Explicitation et Phénoménologie"

Claire Petitmengin

Traduction française de l'article

Review of "Explicitation et Phénoménologie" by Pierre Vermersch

Journal of Consciousness Studies 21, 11-12 (November-December 2014), pp. 196-201

Comme le rappelle Pierre Vermersch dans l'introduction de son livre, l'entretien d'explicitation a pour but "la description du vécu d'une action passée". L'entretien vise la *description* d'un vécu, à la différence de commentaires, interprétations ou explications à propos d'un vécu, qui ne sont pas des descriptions. Il s'agit du vécu d'une *action*, par opposition à celle d'une émotion ou d'une théorie. Il s'agit de se rapporter à *une* seule action, située dans l'espace et dans le temps, et non pas à plusieurs actions ou à un type d'action en général. Enfin, il s'agit d'un vécu *passé*, et puisqu'il est passé, il n'est possible d'y accéder que par un acte de rappel, plus précisément un acte de rappel susceptible de retrouver la mémoire du vécu : l'évocation. L'objectif de l'ouvrage n'est pas de décrire les techniques qui doivent être mises en œuvre pour mener correctement un entretien d'explicitation, qui sont développées ailleurs (Vermersch 1994, 2010), mais de développer les fondements théoriques qui expliquent que ces techniques sont efficaces. Autrement dit, il s'agit de fonder la méthode qui permet d'accéder à la subjectivité, c'est-à-dire une psychologie de la subjectivité, en première personne ou phénoménologique.

L'ouvrage est organisé en quatre livres, pouvant être lu de manière indépendante. Dans le livre I, l'auteur commence par décrire la trajectoire personnelle qui l'a conduit à créer l'entretien d'explicitation. Puis il montre que cette méthode est l'expression la plus récente du besoin immémorial qu'a l'être humain de connaître son propre vécu, c'est-à-dire sa subjectivité, telle qu'elle lui apparaît en première personne. Tout au long de l'histoire de la pensée occidentale, ce besoin a été sans cesse nié, combattu, déconsidéré et refoulé, mais en alternance, régulièrement ramené à l'actualité, car ne pas le prendre en compte, c'est prendre le risque de perdre l'humain. Mais pour la première fois, les conditions méthodologiques et institutionnelles permettant de constituer une science de la subjectivité semblent aujourd'hui réunies. Parmi les premières, une condition essentielle est de considérer l'accès à l'expérience vécue comme un *acte* expert, dont il est possible de décrire le déroulement, et donc

susceptible d'être pris comme objet de recherche, ce qui ouvre un champ d'investigation immense et très peu exploré.

Le livre II est le livre clé de l'ouvrage. Vermersch y décrit trois modèles phénoménologiques, empruntés à Husserl, qui rendent intelligibles les actes d'explicitation : le modèle des trois modes de conscience (inconscient, conscience pré-réfléchie et conscience réfléchie), le modèle de la mémoire passive, et le modèle de l'attention comme modulation de la conscience. C'est sur ce livre que mon commentaire se concentrera.

Le livre III esquisse une phénoménologie des effets perlocutoires, c'est-à-dire des effets des mots prononcés sur l'interlocuteur. Il s'agit de comprendre "ce que nous faisons (faire) à l'autre avec nos mots". Après avoir distingué trois types d'effets perlocutoires : induire (créer un changement d'état par résonance expérientielle), convaincre (persuader, créer un changement de conviction par l'argumentation), et demander (obtenir le consentement à faire quelque chose), l'auteur étudie les modes de production de ces effets dans le cadre d'un entretien d'explicitation : quelles questions et relances choisir pour guider l'autre dans la réalisation des actes introspectifs ? Comment analyser en temps réel la réponse formulée par l'interviewé pour déterminer la teneur de la relance suivante ?

Le livre IV reprend les effets de l'explicitation sous l'angle du processus de création de sens ou sémiose. En partant du postulat qu'il existe un niveau d'expérience non verbale, et que c'est depuis ce niveau que peuvent se constituer des sens nouveaux, l'auteur propose un modèle des étapes et transitions du processus de constitution de sens depuis cette expérience non verbale jusqu'au remplissement du sens. Il applique ce modèle d'abord à la technique du *Focusing* développée par Eugene Gendlin, en mettant en évidence le contraste entre l'entretien d'explicitation caractérisé par son souci de description fouillée du vécu, et le *Focusing* qui ne vise pas cette description, puis à un exemple très différent, celui du processus d'analyse des données recueillies par entretien d'explicitation. Il propose ensuite une modélisation des différents types d'activité réflexive contribuant à créer du sens : la *réflexion* à partir de connaissances déjà disponibles, réflexivement conscientes; le *réfléchissement* qui permet de passer du vécu à sa représentation (dans le langage de Piaget) ou de la conscience en acte pré-réfléchie à la conscience réfléchie, qui est suscitée par l'entretien d'explicitation; et le *reflètement* comme émergence d'un sens nouveau, tel qu'on le rencontre dans le *Focusing*. Vermersch souligne les obstacles à la mobilisation de ces deux dernières activités, dus à leur caractère non contrôlé, non volontaire, et spontané, ainsi que le contraste entre le rôle principalement élucidant et informatif de l'entretien d'explicitation, et la vocation transformative du *Focusing*.

Revenons sur le livre II où pour développer les fondements théoriques d'une psychologie phénoménologique et en même temps rendre intelligibles les pratiques de l'explicitation, Vermersch exploite trois modèles phénoménologiques empruntés à Husserl - tout en soulignant que cette utilisation ne correspond pas au projet philosophique de l'auteur qui était au contraire de se démarquer de la psychologie.

Lors de tout entretien d'explicitation approfondi, le sujet est étonné de découvrir des éléments (des actes, des prises d'information, des états, des détails de toute nature) qu'il reconnaît avoir vécu, mais qu'il n'avait pas remarqués au moment où il les vivait, et dont il ne savait pas, au moment où il allait en parler, qu'il aurait quelque chose à en dire. Pour expliquer ce décalage fondamental entre ce que le sujet croit avoir mémorisé de son vécu, et ce dont il peut effectivement se souvenir, et donc ce paradoxe d'une sorte de "conscience inconsciente", Vermersch fait appel au modèle Husserlien des trois modes de conscience. A côté d'un mode *inconscient* (le "champ de prédonation", dont l'existence ne suppose pas un mécanisme de censure comme c'est le cas de l'inconscient freudien), et d'un mode *réfléchi*, où la conscience se prend elle-même comme objet, Husserl identifie un troisième mode de conscience : une conscience directe, en acte (termes empruntés par Vermersch à Piaget), ou encore *préréfléchie*, qui se caractérise bien, comme toute conscience pour Husserl, par la saisie intentionnelle d'un contenu, mais d'un contenu qui n'est pas lui-même saisi comme étant conscient. Vermersch cite un passage du tome I des *Idées directrices* (Husserl 1950), où Husserl prend l'exemple personnel d'un état de joie, d'abord vécu de manière préréfléchie du fait que sa conscience est entièrement orientée vers les pensées en train de se dérouler. A un moment de ce déroulement, sa conscience "se tourne vers la joie", qui devient alors réflexivement consciente. Et tout en découvrant la présence actuelle de la joie, il découvre qu'elle était déjà là, déjà présente de manière non réfléchie, avant d'avoir été saisie par la conscience réfléchie. Husserl s'appuie sur cet exemple pour montrer qu'il est possible d'accéder dans le ressouvenir aux vécus éprouvés sur le mode préréfléchi - et donc de les soumettre à une étude systématique. Mais en quoi consiste l'acte de réfléchissement, par lequel s'opère le passage du mode préréfléchi au mode réfléchi ? De cet acte, Husserl n'a pratiquement rien dit. L'hypothèse que développe Vermersch est que cet acte est étroitement lié à la *présentification du vécu* passé : "prise de conscience et présentification du passé sont deux faces de la même activité" (p. 159). Et pour expliquer la possibilité de cette présentification, il fait appel à un autre modèle développé par Husserl, celui de la mémoire passive. Nous sommes en effet constamment en train de mémoriser ce que nous vivons, mais souvent de manière involontaire, sans être conscients de mémoriser. Les traces mnésiques ou

réentions qui se constituent ainsi passivement perdent progressivement leur vivacité, mais ne disparaissent pas. Elles peuvent être éveillées et (re)venir à la conscience réfléchie, quelle que soit la durée qui s'est écoulée. Ce mode de rappel, qui se présente comme la reviviscence du vécu passé dans tous ses détails, toute sa chaleur et sa sensorialité, permet le ressouvenir d'éléments qui avaient été mémorisés sans conscience de l'être, donc le passage à la conscience réfléchie d'éléments initialement vécus sur le mode préréfléchi. Ce rappel peut se faire de manière délibérée, possibilité qui fonde la sollicitation délibérée de cet acte dans l'entretien d'explicitation sous le nom "d'évocation". Mais cet acte lui-même étant involontaire (comment viser un contenu dont je ne sais même pas que je l'ai mémorisé ?), le rôle de l'intervieweur consiste à utiliser des procédés qui permettent de le susciter (solliciter) indirectement, par exemple en posant des questions sur le contexte sensoriel du vécu passé, à laquelle il n'est pas possible de répondre sans évoquer ce vécu.

Sur la base de ce rappel d'évocation, l'entretien d'explicitation consiste alors à susciter chez l'interlocuteur, par des questions précises, des modulations de son attention au sein du vécu évoqué. Comprendre l'organisation du champ attentionnel et la dynamique des mouvements attentionnels est donc crucial pour mener un entretien. L'auteur présente le champ attentionnel comme structuré selon trois topiques différentes : la première s'organise suivant des degrés de focalisation de plus en plus serrés: le thème, la direction, puis l'objet attentionnel, à partir duquel commence le travail d'explicitation. La deuxième, éclairée par les analyses de Husserl et de Gurwitsch (1957, 1985), s'organise en quatre zones concentriques : le focus, les objets secondaires, les marges, puis les horizons distants. La troisième s'organise selon la taille des empan spatiaux et temporels possibles de la visée attentionnelle, que Vermersch nomme "fenêtres attentionnelles". Il distingue par exemple cinq fenêtres visuelles types, par ordre de taille spatiale croissante : le bijou, la page, la salle, la cour, le paysage. Trois ordres de mouvements attentionnels sont recensés : saisie, maintien en prise ou désengagement; focalisation ou défocalisation; déplacement de la visée attentionnelle. L'entretien d'explicitation repose sur le principe que tout ce qui était présent dans le champ attentionnel au moment initialement vécu, y compris ce qui n'était pas au centre du focus attentionnel, est encore accessible par l'évocation. L'expertise de l'intervieweur consiste donc, sur la base de sa connaissance de la structure et des mouvements attentionnels (de ce à quoi il est possible d'accéder), à concevoir des intentions perlocutoires précises, qui s'actualisent dans des gestes perlocutoires (questions et relances) délibérés, permettant de susciter chez l'interlocuteur, au sein de l'expérience évoquée, des mouvements attentionnels précis, qui permettront le passage

en mode réfléchi (réfléchissement) d'éléments de l'expérience initialement vécus en mode préréfléchi.

Cet ouvrage de Pierre Vermersch, comme l'ensemble de ses travaux, ouvre un champ de recherche immense, très peu exploré par la psychologie et même la phénoménologie, celui des actes permettant d'accéder à la conscience de l'expérience vécue, et des procédés perlocutoires permettant de susciter ces actes. C'est un champ de recherche très prometteur, essentiel pour les sciences de la conscience, crucial pour notre société sur les plans pédagogique, clinique, technologique, et tout simplement existentiel.

Mon premier commentaire est d'ordre général, porte sur l'utilisation du terme "préréfléchi", emprunté par l'auteur à Husserl, et son dérivé "réfléchissement" provenant de Piaget. Ma propre exploration de couches profondes de l'expérience que je préfère appeler "non reconnues", me conduit à remettre en question la pertinence de ce terme, pour plusieurs raisons (Petitmengin, 2010). Tout d'abord, à cause du préfixe "pré" qui sous-entend que la conscience pré-réfléchie serait systématiquement suivie de conscience réfléchie. Ensuite, à cause du terme "réfléchi" et de la métaphore du miroir qu'il introduit. Il semble problématique d'assimiler le processus de prise de conscience à un réfléchissement, et donc à un mouvement de prise de distance, voire de dédoublement. Acquérir ce qu'on pourrait appeler la *pleine conscience* de son expérience ne semble pas consister à prendre du recul par rapport à elle pour l'observer, mais au contraire à s'en rapprocher, à entrer en contact avec elle (comme le souligne l'auteur p. 156). La métaphore du réfléchissement induit aussi subrepticement l'idée qu'il y aurait entre conscience pré-réfléchie et conscience réfléchie une relation de correspondance, l'une copiant ou reflétant l'autre de manière plus ou moins exacte¹. Alors qu'au contraire au cours du processus de prise de conscience, une transformation subtile s'opère - fort heureusement car elle est la raison d'être même du processus - transformation qui reste à décrire finement¹.

Je voudrais par ailleurs revenir sur une idée centrale de l'ouvrage, sur laquelle l'auteur insiste à de nombreuses reprises: "la prise de conscience et le ressouvenir sont les deux faces de la même activité" (p. 159), "c'est par le rappel que la conscience passe en mode réfléchi" (p. 196). L'argument peut se résumer ainsi : (l'éveil et donc) le rappel d'éléments qui ont été mémorisés sans conscience de l'être (passivement) *rend possible* le passage en mode réfléchi de ceux qui ont été initialement vécu sur le mode préréfléchi. Or à la lecture du livre, il m'a semblé qu'un glissement subtil se produisait de cette possibilité offerte par le rappel à la

¹ Ces difficultés sont à mon avis amplifiées dans l'ouvrage par la définition, empruntée à Piaget, de l'activité de prise de conscience (réfléchissement) comme passage du vécu à sa "représentation".

nécessité du rappel pour la prise de conscience. D'une part, le rappel de l'expérience passée ne suffit pas à la prise de conscience du préréfléchi. Il suffit pour s'en convaincre de vivre un épisode de "dérive attentionnelle" amenant à évoquer intensément une situation passée au point de perdre conscience de la situation présente, sans qu'aucune prise de conscience ne se produise. Pour que la prise de conscience d'un élément initialement préréfléchi se produise, il faut *entrer en contact* avec l'expérience. D'autre part, il semble que cette entrée en contact puisse se produire autrement qu'en évocation, que l'évocation n'en soit pas la condition nécessaire. Dans l'exemple de Husserl, qui décrit éloquemment une expérience que chacun d'entre nous a pu vivre un jour ou l'autre, la réorientation des pensées en cours vers le sentiment de joie, qui permet à celui-ci de devenir réflexivement conscient, ne se produit pas en état d'évocation, mais ici et maintenant. Comme Vermersch le souligne justement, Husserl ne décrit pas précisément ce geste interne. Mais il est clair que dans cet exemple, l'évocation n'est pas la condition de la réorientation et de la prise de conscience de la joie. C'est au contraire cette prise de conscience qui déclenche le rappel des instants passés et la réalisation que la joie y était déjà présente. Certaines techniques de méditation comme *vipashyana* permettent justement d'apprendre à entrer en contact avec son expérience, à s'y rendre "présent", et donc à en acquérir une conscience réfléchie, ici et maintenant.

Il me semble qu'un accent trop exclusif sur l'acte de rappel / présentification pourrait laisser supposer que le préréfléchi se réduit à un phénomène de mémorisation passive. Il consisterait en éléments mémorisés passivement sans être dans le champ attentionnel, le réfléchissement consistant en un acte de rappel accompagné d'un déplacement de l'attention au sein de l'expérience évoquée. L'explicitation du processus de méditation *vipashyana* (Petitmengin *et al.*, en préparation), suggère une hypothèse légèrement différente : le pré-réfléchi serait la part de l'expérience qui est occultée par la tension vers un objet ou objectif (éventuellement mémorisée passivement), et le réfléchissement aurait pour condition le relâchement de cette tension, au sein d'un éventuel (mais non nécessaire) acte de rappel. Assimiler réfléchissement et rappel pourrait donc avoir pour effet de gêner la détection et la description de microprocessus subtils : la microactivité, elle-même profondément préréfléchie, qui nous coupe d'instant en instant de la conscience de notre expérience, et le processus de relâchement de ces tensions, qui nous permet d'entrer en contact avec l'expérience et donc d'en acquérir la pleine conscience.

Détacher prise de conscience et évocation pourrait permettre de faire émerger de nouvelles questions. Par exemple, en quoi le geste d'entrée en contact avec son expérience diffère-t-il en

¹ Ces idées sont développées dans (Petitmengin et Bitbol, 2009).

évocation et au présent ? A quelles strates d'expérience pré-réfléchie donne-t-il accès dans chaque cas ? Par exemple, l'évocation semble donner un accès privilégié à certaines strates profondément pré-réfléchies, notamment d'ordre sensoriel, difficilement accessibles en temps réel, dont la conscience dote l'expérience "d'une valeur toute nouvelle d'enchantement et de libération" (Gusdorf, 1950, p. 133), qui a pu être qualifiée "d'incandescence" (Vion-Dury *et al.*, 2013). Quelles propriétés de l'évocation expliquent que loin de trahir l'expérience, comme on le lui a reproché, elle suscite le contact avec ces dimensions profondes de l'expérience plus facilement que ne le fait l'expérience vécue au présent ? Qu'est-ce qui pourrait expliquer ce mystère ?

En suggérant ces nuances dans les actes de prise de conscience, ces remarques n'ont d'autre but que de montrer qu'il est aujourd'hui possible de se donner ces actes comme objet de recherche, autrement dit que le projet de psychologie de la subjectivité auquel Pierre Vermersch consacre son existence est en route.

Références

Gusdorf G. (1950). *Mémoire et personne*. Paris: Presses Universitaires de France.

Vion-Dury J., Balzani C., Micoulaud-Franchi J.A., Naudin J. (2013). L'horizon de la phénoménologie expérientielle : les formes incandescentes de la présence. *Alter - Revue de Phénoménologie*, 21, 337-351.

Petitmengin, C. (2010). La dynamique pré-réfléchie de l'expérience vécue. *Alter - Revue de Phénoménologie*, 18, 165-182.

Petitmengin C. & Bitbol M. (2009). The Validity of First-Person Descriptions as Authenticity and Coherence. *Journal of Consciousness Studies* 16, 11-12, 363-404.

Petitmengin C. *et al.* Eliciting the dynamics of meditative experience. En préparation