

et crée avec ses ailes immenses
un envol qui me fascine
vers la surface de l'océan,
suivant une diagonale
en fuite à ma gauche.

Le lit est dans un coin. Sa tête touche un mur en
armoires et étagères ; son côté droit est contre un mur
avec, juste au-dessus du lit, une fenêtre qui ouvre sur
cour

vis-à-vis de la fenêtre de notre cuisine. Les deux autres
côtés du lit donnent sur la chambre. La porte est dans le
mur à gauche, au-delà de mes pieds.

La nuit, ma mère exige que la fenêtre soit grande
ouverte... même en hiver. Elle refuse d'entendre
qu'un courant d'air froid sous les draps
m'empêche de dormir.

Ces éléments expliquent peut-être certaines détaillées d'un
rêve qui me place au fond d'un océan, où les courants d'air
ne peuvent pas exister

avec, à ma droite les menaces du requin
à ma gauche la fuite prestigieuse de la raie
mais ces éléments sont-ils ce qu'il y a de plus important
dans ce rêve

qui me hanta pendant de nombreuses années, et loge dans
une partie toujours accessible de ma mémoire ?

À 9 ans, dans un de mes premiers poèmes
j'ai voulu décrire le monde que je parcours, parfois,
avec Peter Pan. À la recherche d'une expression capable de
désigner l'univers qui me hante.

j'interroge mes parents. Ils me proposent des
formulations (âme, monde intérieur) difficiles à mettre
dans des vers qui expriment mon expérience de façon
satisfaisante.

Finalement

j'ai écouté la suggestion que ma main et ma plume me
proposèrent spontanément
et appelle 'aqualide'
une substance purement psychique, traversée par les
odeurs sensations sons et visions qui m'animent
une substance qui émerge des odeurs sensations sons et
visions qui m'animent. Cet aqualide contient tout ce que
j'éprouve et deviens ce que je suis.
en éprouvant ce qui m'habite à un moment donné : plus
l'aqualide est intensément vécu, plus il est animé de
courants profonds, plus je me sens exister
et plus ce sentiment prend de place. Quand, les yeux
grands ouverts
je m'allonge l'été dans un champ de blé
pour contempler le ciel étoilé
j'ai spontanément d'avoir la terre comme dos, le ciel
comme face, et d'être
infini.

II. Être une partie de...

« Si la société n'est pas un phénomène
naturel, je ne sais pas ce que c'est » (Marx,
cité de mémoire).

La plupart des individus que j'ai eu l'honneur de
rencontrer
ont, semble-t-il, en commun d'avoir avec moi
une difficulté certaine de se représenter concrètement
comment leur devenir interagi avec le devenir de ce qui les
entoure. Les humains que je connais
transforment spontanément tous rapports d'inclusions en
impressions plus digestes pour leur expérience : sentiments
de confrontation, d'opposition... ou même de possession.
Ainsi

le rapport homme/nature évoque-t-il souvent une opposition entre l'humain (le culturel) et la nature comme si je pouvais me confronter, sur une scène de théâtre, à un personnage nommé 'nature'

par l'auteur d'un spectacle intitulé 'David et Goliath'. Le sentiment propriétaire peut même créer l'illusion que le paysage qui m'entoure est à moi, créé par moi, dominé par moi, fait partie de moi. Je suis capable d'expliquer efficacement à des enfants comment dessiner un cercle dans un cercle dans un cercle dans un cercle

ou comment ranger une série de poupées russes. En faite

je peux m'observer accomplir ces actions avec aisance mais ma fascination pour de tels jeux ne provient-elle pas, au moins partiellement, des hiatus que j'éprouve alors entre ce que je peux faire et ce que j'arrive à me représenter ?

Cette limitation de l'aqualide est tellement courante qu'une grande partie des textes et pratiques qualifiés de 'religieux'

semblent avoir été conçus pour nous permettre d'éprouver plus facilement un sentiment d'appartenance à ce qui nous entoure. La réévaluation constante de ces pratiques

montre bien que personne ne semble vraiment satisfait du résultat obtenu.

A. Le dedans du dehors

« Les propriétés de l'objet et les intentions du sujet (...) non seulement se mélangent, mais encore constituent un tout nouveau » (Merleau-Ponty 1977, p. 11 — 12).

Cette partie de nous qui reconstruit
une impression consciente de ce
que nous vivons

ne semble pas, fort heureusement pour notre capacité de nous réguler,

subir les mêmes illusions que notre logique morale, souvent qualifiée de raisonnable.

Quand je regarde autour de moi

j'ai l'impression de contacter **directement tout** ce qui se passe. Pourtant les opticiens et les neurologues du XVIIIe siècle avaient déjà montré que nous percevons en faite.

une reconstitution effectuée par une sauce psychique, épicée de mémoires,

liant des multiples prélèvements partiels que nos sens effectuent sur ce qui nous entoure.

Quand je croise une personne dans la rue

j'ai l'impression de l'avoir perçue totalement. Mais si l'on m'interroge ensuite sur la couleur de ses yeux ou de sa cravate

Je m'aperçois que je n'ai pas regardé cette personne avec suffisamment d'attention.

pour savoir la couleur de ses yeux, l'éclat sardonique de son regard, ou pour remarquer qu'elle portait une cravate.

Cette illusion – visuelle surtout – engendre aussi, hélas, de puissantes impressions,

persistantes et fausses

douloureuses et destructrices,

qui renforcent les mésententes caractéristiques de notre espèce. Ainsi

l'aqualide ne peut se localiser dans le continuum spatio-temporel qu'approximativement. Je ne suis pas capable de sentir que ma perception de ce qui m'entoure est une production intérieure, distincte de ce qui est perçu. Malgré les milliers de pages de philosophie que j'ai lues et méditées

ça se passe en moi comme ce que j'ai décrit dans l'exemple initial. J'ai l'impression que mon corps

vole

court

nage,

à l'intérieur d'une aqualide
océanique. Je parcours parfois des millénaires en quelques
secondes

et me rappelle difficilement que les paroles d'une bouche
ne forment que l'énoncé partiel d'une pensée personnelle
plus ou moins fugitive

ou que mon corps entoure forcément tout ce que je
perçois.

Nous avons besoin de communiquer avec autrui pour
améliorer et préciser la localisation de notre expérience
... et encore !

l'efficacité d'une telle régulation dépend beaucoup de la
confiance que nous ressentons envers

nos perceptions

et les messages de ceux qui dialoguent avec nous.

B. Le 'je' et le 'moi' de Lacan

« Le sujet se pose comme opérant, comme
humain, comme **je**, à partir du moment où
apparaît le système symbolique. (...) il faudrait,
pour que le sujet humain apparaisse, que la
machine, dans les informations qu'elle donne,
se compte elle-même, comme une unité parmi
les autres. Et c'est précisément la seule chose
qu'elle ne sait pas faire. » (Lacan 1955, p.68)

Non seulement l'aqualide se localise difficilement, mais
elle éprouve aussi de grandes difficultés

à différencier ce qui est produit par l'organisme de ce
qui vient de l'extérieur.

Exemple B.

Quand je me gratte le nez avec l'index
je ressens une forme de plaisir
soulagement – comme si, en
extirpant une crotte du nez

je me débarrassais aussi d'une crotte psychique. Telle est mon expérience.

Quand je me gratte le nez avec l'index
il arrive souvent, mais pas toujours,
que les personnes qui me regardent faire
expriment plus ou moins poliment
 plus ou moins ouvertement
 plus ou moins intensément
un mélange variable de dégoût et de colère
envers celui qui ose effectuer ce geste en leur
présence.

Quand je regarde quelqu'un se gratter le nez avec
l'index
je sens la plupart du temps.
un sentiment de dégoût, plus ou moins intense,
s'emparer de mon être. Si cette personne est une jolie
femme
je la trouve soudain
moins attirante. Telle est également mon expérience.

Cet exemple soulève plusieurs séries de questions.
J'aborderais ici celles qui sont posées par la différence
qui existe entre :

- a) ma relation avec mon geste
- b) la relation d'autrui avec mon geste.

Sur le plan relativement objectif de la psychophysiologie
ces deux relations sont clairement différentes : en
nature et en contenu.

Mon vécu est lié à mon geste par des voies intérieures.
Ces voies sont excitées par les sensations psycho-
organiques que ce geste crée à l'intérieur de l'organisme ;
elles remplissent surtout des fonctions asociales
d'autorégulation. Fort heureusement pour nous, elles sont
relativement peu sensibles aux influences directes que
notre entourage exerce sur l'organisme. C'est par ces voies
que se tissent nos expériences intimes et la matière
première de notre individualité. Notre conscience est le
seul témoin direct de ce type d'expériences.

Les voies par lesquelles je contacte le geste d'un autre sont totalement différentes. Organisées autour du goût
de l'ouïe
de l'odorat
de la
vision, elles n'ont aucuns accès directs à mes expériences organiques, et sont conçues explicitement pour favoriser nos interactions avec ce qui nous entoure. Si ces voies ne permettent pas de contacter directement ce que l'autre ressent en bougeant, j'ai par contre accès à de nombreux aspects de son mouvement que l'autre est incapable d'apprécier directement : je peux voir goûter sentir entendre toucher non seulement toute la surface du corps de l'autre,
mais aussi sa totalité
et comment cette totalité s'intègre dans la situation dont lui et moi faisons partie
avec, toute foi, une lacune importante : je ne peux savoir comment moi je m'intègre dans la situation telle qu'il la perçoit.

Plus dramatiquement que tout à l'heure, ces mécanismes nous montrent

- l'impossibilité qu'à notre vécu de contacter directement ce qui nous contient, et donc de sentir comment il participe à ce qui nous entoure
- l'importance de la confiance pour élaborer une représentation relativement globale de soi, et de ses capacités
- le rapport nécessaire entre la qualité de notre vécu et la qualité de notre fonctionnement sociale.

La distinction que je viens de pointer, entre mécanismes intra- et inter-psychiques, peut facilement être comprise par ma capacité de raisonner (= ma raison) quand je lis Lacan bavarder sur le 'je' et le 'moi,

Mais je ne crois pas que mon vécu est capable de la ressentir. Ainsi la personne qui me reproche de me gratter le nez parce que je sais que ça embête pas mal de monde.
réagis sans doute sincèrement

mais exprime en même temps que sa capacité de synthétiser spontanément l'intra- et l'inter-psychique ne peut pas en même temps mettre l'inter-psychique (mon geste) dans une boîte, l'intra-psychique (sa réaction) dans une autre boîte puis s'interroger sur les interactions possibles entre ces mécanismes.

C. L'Univers est avant tout ce qu'il est

En abordant l'aqualide par cette discussion j'espère avoir pu vous donner un avant-goût de la façon avec laquelle j'aborderais le vécu conscient qui spontanément s'anime dans chaque organisme humain.

Dans la mesure où une aqualide se transforme perpétuellement et ne peut être perçue que par elle-même chaque lecteur est le seul à pouvoir juger du degré de correspondance entre son fonctionnement et ce que j'ai essayé de dégager de mon expérience personnelle et professionnelle. J'ai surtout essayé de vous rendre sensible aux particularités des mécanismes qui règlent notre expérience et à la lucidité qu'une telle prise de conscience nous permet d'acquérir.

Je ne crois en rien. Je ne vois donc aucune raison de supposer que nous puissions fonctionner plus ou moins parfaitement. Nous ne sommes qu'une capacité adaptative produite par l'évolution biologique, obsédées par des buts inconscients - comme la survie. Ces buts atteignent bien notre conscience, mais leur charge et leur puissance a faibli

comme si les buts qui animent l'organisme passent derrière un voile en devenant une perception consciente comme si les forces qui incarnent ces buts avaient peur de traumatiser la pensée d'un individu, comme si elles

voulaient lui faire croire tout ce qui rassure les besoins de sa pensée

pourvue qu'en fin compte, après milles aveuglements induits et détours de la pensée,

l'individu **faisait** ce qui est exigé de lui. L'inconscient donne des carottes à la pensée consciente, pour que celle-ci accepte d'entrer dans la cage, ou la place, qui lui a été assignée.

Comme bien d'autres qui se sont donné la peine d'essayer de comprendre le **détail** de notre fonctionnement,

le nombre d'impasses que nous créons m'étonne moins que l'ingéniosité avec laquelle nous sommes capables de chercher

et, parfois, de trouver

comment utiliser ce que nous sommes dans ce monde de façon aussi constructive et bénéfique que possible.

Car, au fond, ce que nos instincts désirent mène à une recherche de multiplication de soi tellement puissante

que la planète risque d'être écrasée sous peu par le poids de nos exigences

III. La dynamique aqualide

Pour l'instant l'aqualide est un signifié personnel, qui participe à l'élaboration de ma perception de moi

d'autrui

de la psyché, et de la littérature qui aborde ce sujet. Je ne pourrais vraiment apprécier ce qui s'élabore en moi grâce à ce signifié qu'après avoir osé.

exposer publiquement où en est ma pensée aqualide :

Si les critiques inspirées par cet écrit m'apprennent que l'aqualide n'aide personne que moi,

j'aurais au moins appris que ma créativité de psychologue se dépense inutilement quand elle construit une *aqualidologie*.

et/ou les matériaux de la conscience naissent et meurent dans cette substance ; et/ou ces matériaux créent sans cesse une matière dans laquelle ils sont en suspension. Bref, bien que je n'aie pas les moyens de proposer une description de l'aqualide, j'affirme l'existence d'un champ de conscience qui donne un sentiment de cohésion à tout ce qui anime notre vécu. C'est ce champ que je nomme aqualide.

b) L'aqualide est le signifié des pronoms personnels (quelles que soient leurs formes grammaticales), et par conséquent la base vécue de notre identité :

– Plus notre aqualide est dense et intense, plus nous nous sentons vivre

plus

notre identité est fermement ressentie.

– Plus notre aqualide est raréfiée, plus notre attention est incapable de percevoir quoique ce soit (sentiment de vide), ou plus elle s'agrippe désespérément au premier détail des matériaux psychiques qui lui tombent sous la main (sentiments délirants).

C'est au niveau de cette polarité de l'être que la notion de 'contenant' est pertinente en psychopathologie.

Pour l'instant

j'ai l'impression que le véritable objet de toutes les psychothérapies passées et présentes est la régulation de l'aqualide, soit une préoccupation bienveillante pour la qualité de l'expérience consciente du citoyen.

Même l'œuvre freudienne, pourtant connue pour ses réflexions sur l'inconscient, ne se préoccupe en fait que de la cohésion de l'expérience consciente. L'inconscient n'intéresse Freud que

dans la mesure où s'y cachent des expériences qui **ont été** conscientes. Un traitement psychanalytique est terminé, disait Freud, quand ces souvenirs redeviennent accessibles à la conscience, et que celle-ci peut à nouveau s'enrichir en exploitant l'ensemble des territoires qui lui appartiennent. Freud n'a jamais essayé de rendre conscients les véritables produits de nos structures inconscientes.

A. Le présent

« Thou art the lunar day, and the hour, and the instant, the twinkling of the eye, the bright fortnight and the dark, the daily sliver of the moon, and a fraction thereof, and a fraction of that. And years, and seasons, and months, nights and days. » (The Mahabharata, Book 1, p.79).

Quand j'écris que l'aqualide contient tous les matériaux actifs de la conscience à un moment donné

je distingue le moment de l'instant.

L'instant dure le temps d'un battement de paupière, soit environ un dixième de seconde². Le moment présent contient une série indéterminée d'instants,

et dure tant que l'aqualide n'active pas l'impression que le moment dans lequel je nageai a disparu pour toujours. À l'intérieur d'un moment, l'attention peut zoomer et dézoomer tant qu'elle veut,

le présent change son contenu expérientiel, mais ne se transforme pas. Puis tout à coup je suis dans un autre présent, sans même me rendre compte que le moment de tout à l'heure n'était pas le même.

Exemple C.

Juste maintenant

le centre de mon attention

est-ce que mon stylo trace sur une feuille de papier. Mais, tout en écrivant,

mon conscient peut voyager, et papillonner d'un matériel du présent actuel à l'autre. Sans perdre contacte avec cette partie de moi qui écrit, mon attention zoom sur les ronflements du Frigidaire et le chant des oiseaux.

puis zoom sur la sensation produite par le contact de mes pieds avec le carrelage et les pieds de ma chaise

². L'on trouve une analyse possible de l'instant dans Varela et al. 1993, pp. 115 - 124.

puis zoom sur la fumée de ma pipe et mes lunettes

Du point de vue du raisonnement, les limites d'un moment conscient sont floues, mais le sont-elles du point de vue de l'aqualide ?

Le Frigidaire ne ronfle plus, j'aborde une troisième page manuscrite... est-ce toujours le même moment ?

Réponse : plus ou moins. Je n'ai pas l'impression que le moment a vraiment changé, mais le Frigidaire n'est plus là !.

Je suis en vacances avec Nicole, à l'île d'Elbe.

Tout à l'heure je mettrai certainement un masque de plongée, et

explorerai les fonds voisins situés à cinq minutes de notre appartement. Si, tout en observant quelques poissons brouter, je repense à ce moment d'écriture

le ronflement du Frigidaire et la légère modification de l'atmosphère induite par son arrêt

aurait été oubliée

si je n'avais pas écrit ces lignes.

Dans deux semaines, je serai de retour en Suisse Romande. En tapant sur un ordinateur, je penserais sans doute à ces instants d'écriture paisible et d'envols dans la substance océane

comme s'ils formaient un seul moment.

Dans trente ans, peut-être retraité, je repenserai, tout en tirant sur ma pipe à ce moment de ma vie que furent les années 1990s.

Notre expérience

différencie

reconnaît

analyse et synthétise spontanément avec précision

mais en suivant des modalités différentes de celles qui sont proposées par les compulsions classificatrices de la pensée dite rationnelle, couramment observées dans les laboratoires scientifiques et les écrits phénoménologiques.

L'introspection ne nous permet une analyse suffisante du mode de fonctionnement de l'aqualide

car elle n'est elle-même qu'un des matériaux de la conscience : ces points de vue, multiples il est vrai, sont néanmoins partiels, fortement influencés par les illusions de la raison.

B. La communication aqualide

Sentir l'ambiance d'un vécu, c'est sentir son aqualide.

Rien,

dans les multiples courants qui traversent notre aqualide,

est négociable

et directement ou intégralement communicable

à autrui aussi bien qu'à soi-même. Ce n'est pas pour rien que quand l'aqualide à l'impression de revivre un moment passé, elle a toujours l'impression que l'expérience est aussi exceptionnelle que rare

et mérite d'être savouré aussi intensément que possible.

Le fait qu'une expérience est une construction intérieure et que certains mécanismes de construction se retrouvent dans tout organisme

permet une communication aqualide, partielle au moins.

Le contenu d'une communication aqualide est

le point de vue

l'atmosphère

le vécu

d'une expérience. Elle est possible dans la mesure où A fournit à B suffisamment d'éléments

pour que B reconstruise en lui-même une expérience analogue à celle que A essaye de communiquer. Autrement dit le véritable sens des messages que nous envoyons à un moment donné **est** la reconstruction aqualide que nous essayons d'induire chez l'autre

le sens que nous attribuons aux messages que nous recevons est donné par la reconstruction aqualide qui se forme en nous pendant que nous communiquons. Plus B et A ont de matériaux communs

disponibles (par exemple plus le réseau humain dont ils font parti est restreint et structuré), moins A aura besoin de fournir de messages à B pour qu'une telle reconstruction s'élabore adéquatement et rapidement

... d'où l'étrange raréfaction de l'aqualide que nous ressentons quand nous essayons de communiquer avec quelqu'un qui ne fait absolument pas parti des réseaux sociaux que nous fréquentons

raréfaction que certains combattent en projetant massivement idéologies, mythes, et/ou croyances quand ils rencontrent un étranger³.

Il me semble qu'en passant par des méta-communications sur des rencontres aqualides notre vécu conscient peut néanmoins être, au moins partiellement, exploré. Les explorations déjà effectuées (méditatives, psychothérapeutiques) secrètent généralement des techniques qui favorisent la construction d'un réseau de matériaux conscients et d'expériences aqualides communs suffisamment dense pour que de telles méta-communications puissent se dérouler confortablement. Ces reconstructions ont néanmoins le mérite d'être explicitement artificielles.

Dans le contexte d'une communication entre consciences un signe discret véhicule très peu d'informations. Nos actes - même verbaux - participent d'abord à la mise en place d'atmosphères, puis,

en modulant les ambiances

ils régulent les reconstructions aqualides pertinentes pour l'interaction en cours. Même une information simple 'passe' difficilement

si une telle construction ne lui permet pas d'acquérir ne serait-ce que l'apparence d'un contenu communicable. J'ai parfois l'impression qu'un geste, un mot me permet de communiquer un message complexe. En faite un tel signe méta-communique seulement

³. Ce dernier mécanisme est décrit en détail dans 'L'histoire de lynx' de Claude Lévi-Strauss

que je suis d'accord avec ce
que les modulations de l'atmosphère ont **déjà** communiqué .

IV. Bibliographie

Buitenen J.A.B. van 1973: *The Mahabharata, book 1: The book of the beginning*. Chicago: University of Chicago press.

Lacan J. 1955/1978 : *Le séminaire, livre II: Le moi dans la théorie de Freud et dans la technique de la psychanalyse*. Paris: Editions du Seuil.

Lévi-Strauss C. 1991: *Histoire de lynx*. Paris: Plon.

Merleau-Ponty M. 1942/1977: *La structure du comportement*. Paris: Gallimard.

Varela F., Thompson E., Rosch E. 1993: *L'inscription corporelle de l'esprit*. Paris: Editions du Seuil.