

Sensations – Perceptions

« ...il y a premièrement (stade 1) l'expérience sensible, la sensation sous ses diverses formes, qui constitue le résultat de l'action de l'environnement sur nos récepteurs sensoriels, et il y a ensuite (stade 2) la mise en œuvre de concepts dans la formation de croyances concernant le monde sur la base de cette expérience sensible. (d'après HELMHOLTZ) » (1)

Commentaire : cette hypothèse nous intéresse pour la distinction qu'elle fait entre la sensation résultant de l'ébranlement de nos récepteurs sensoriels et les représentations conscientes que nous en avons, qualifiées de « croyances », avec la part que cela comporte d'imaginaire et d'irrationnel.

Entre la réception par nos organes sensoriels et l'accès au niveau conscient, il y a tout un cheminement dans notre système nerveux, qui n'est pas un simple câble conducteur, mais constitue un lieu de rencontres et d'interactions chargé de toutes nos mémoires, interprétant et coulant dans des modèles familiers ce qui a été recueilli pour le rendre consciemment appréhendable.

Prenons des exemples dans la pratique courante de l'eutonie : lorsque nous portons notre attention vers une partie de notre corps, il s'en suit des effets et des perceptions inhabituels, qui ne sont pas les mêmes pour tous. Lorsque nous sommes couchés sur des bambous, notre perception évolue avec la durée....etc...

Il est facile de multiplier les exemples et vous en trouverez sans doute de plus pertinents. Cette hypothèse des « deux temps », telle que formulée très schématiquement ici, m'est utile pour comprendre, pratiquer, exprimer ces processus du domaine « sensible », liés aux formes d'attention, qui sont notre quotidien.

« Dans des conditions normales, de quelque façon qu'un nerf sensitif soit excité, naturellement ou artificiellement, il ne produit jamais que des sensations d'une espèce déterminée par le sens auquel il appartient, ce qui fait que la même excitation, électrique par exemple, peut être sentie, suivant les cas, comme lumière, comme son, comme impression tactile, comme odeur ou comme saveur. » (2)

Commentaire : ce passage met en lumière la spécificité de la fonction et de la réaction de chaque catégorie de récepteurs sensoriels. On peut avoir une idée de la complexité du processus conduisant à la construction d'une hypothèse plausible quant à la nature de ce qui a causé l'ébranlement originel en imaginant le nombre de mises en rapport et d'interprétations nécessitées pour cela, tout au long des voies de transmission.

« Nous pouvons sans doute également réussir à connaître jusqu'à un certain point ce qui, dans le contenu de nos perceptions, vient de nous-mêmes, plutôt que des objets que nous percevons ; mais nous ne pouvons pas non plus percevoir uniquement cela. » (3)

(1)BOUVERESSE (Jacques) – Langage, perception et réalité – J. Chambon – 1995 - p. 59

(2).....id.....

- p. 100 (3)..... ibid

- p. 181

Commentaire : cela nous renvoie directement à la pratique. Ainsi :

En escalade, nous avons besoin de perceptions aussi claires que possible du rocher pour déterminer et réguler nos actions. Mais nous recevons, dans le même temps, des informations

provenant de l'action musculaire en cours ou de telle ou telle contraction parasite. Si ce dernier type de perception « couvre » celles provenant du contact avec le rocher, nous nous mettons en danger, ne profitant plus de celles-ci, indispensables. C'est ainsi que dans le meilleur des cas et avec un bon piton, on se retrouve en train de pendouiller bêtement au bout d'une ficelle.

Skieurs, régatiers et bien d'autres vous confirmeront.

- Lorsque quelqu'un est handicapé, de façon provisoire ou définitive, son organisation corporelle est modifiée. Pour effectuer les mêmes actes, il devra trouver d'autres moyens. Il arrive fréquemment que la première réaction se traduise par une augmentation plus ou moins anarchique de l'énergie mise en jeu. L'intensité de la contraction musculaire génère des perceptions musculaires importantes et envahissantes, nuisant à un aiguillage plus judicieux vers de nouvelles procédures mieux adaptées.

Faites la liste de vos observations dans ce domaine, mettez en face des manips que vous jugez adéquates et vous aurez la matière nécessaire à la publication d'une nouvelle méthode Tertempionski.....C'est pas grave.....

« La chose importante est...que les inductions qui s'appuient sur l'expérience sont de deux sortes : il y a des inductions conscientes et qui sont accessibles à la correction, parce que leurs prémisses peuvent être explicitées et au besoin modifiées et précisées et les inductions inconscientes, qui s'effectuent indépendamment de la conscience et de la volonté » (4)

Commentaire : cette affirmation pourrait donner lieu à une longue discussion. Ce n'est pas le lieu.

Gardons l'idée centrale : l'importance du dévoilement qui permet l'accès à la conscience claire. L'eutonie est un bon outil pour cela.

On peut aussi mettre cette notion en relation avec la « double inscription » freudienne ou bien, plus près de nous, avec celle de « connaissances incorporées » développée par certains ergonomes.

Il y a plus d'une façon d'envisager l'humain.....

Ouvrons notre curiosité.... Cogitons.....

René Bertrand

4 Février 2008

(4) – ov. cit. p. 293

René Bertrand : e-mail: rene.bertrand-vieilley@wanadoo.fr

- **Reproduction partielle ou intégrale possible, avec mention d'origine**
- **Texte publié sous la seule responsabilité de l'auteur et n'engageant pas l'Institut d'Eutonie**