

Notes du livre « **L'ouverture à la vie** »
« La psychanalyse au XXI^e siècle » - d'**Alain Amselek**
Ed. Desclée de Brouwer 2010
Par Jacques Sanna le 20 mai 2010

Dans la préface de Jacques Digneton :

... On sait que la psychanalyse a révolutionné ce qu'il en était auparavant du « sujet » dans la philosophie ou dans la psychologie. Depuis, l'observé a la primauté sur le vécu, l'acte sur l'intention, le dit sur le pensé... Alain Amselek ajoute ici la primauté d'un certain indicible sur le dicible. Le paradoxe est que la psychanalyse s'est toujours présentée depuis son origine comme une praxis fondée sur la parole, et que le fait a été accentué par Lacan dans une théorie où le sujet, qui ne saurait être que parlant, finira comme on le sait à s'apparenter au « **rien** », à une éclipse de sujet, mais témoignant encore par là même de son assujettissement au langage. L'auteur s'engage pour sa part dans une dialectique subtile qui va d'abord revisiter des différences convenues entre le « moi » et le « soi », l'être et le sujet, entre l'être de la vie et l'être de la substance, entre la chair et le corps... Dans ce retournement existentiel, le sujet n'est ni assujetti, ni asservi et surtout pas à la vie puisqu'il « **est** » la vie... (21.22)

Intro., Manifeste pour une psychanalyse du XXI^e siècle :

... C'est entre les fils inconscients et charnels de l'ana-lysand(l'analysé) et de l'ana-lyste, là où l'écoute de l'analyste comme de l'analysand amène une suspension du « **Moi** » et non son renforcement que se tisse 1 lien de « présence à présence »... (33)

... L'intelligence de « **l'esprit** », non pas celle de l'intellect ou mental, mais celle de la vie, jaillit, lorsque la pensée, mécanique et conditionnée, **se tait**...

... C'est en retrouvant son animalité, en retrouvant en lui « l'homme ou la femme sauvage », l'« être primitif », qu'il peut réunir et transcender sa chair et son âme, le somatique et le psychologique, pour s'ouvrir à « l'esprit », cet élan, cette relance vitale, cet autre nom de la vie incarnée...(41)

... La psychanalyse du XXI^e siècle appartient plutôt au champ de « **l'aventure spirituelle** »(à ne pas confondre avec qlq religion ou qlq mystique sectaire, il s'agit ici de transcendance laïque, d'ouverture à la vie)...

... Correctement menée, elle pousse à découvrir ou inventer de nouveaux possibles et peut conduire à 1 « **plus-de-vie** », 1 « **plus-d'être** » : être + proche de son désir, de sa « vie propre », être dans + de sentir, + d'intensité, + de liberté jaillissante... C'est en ce sens que la psychanalyse est une véritable **expérience spirituelle**...(53)

... C'est en assimilant la Conscience-Energie primordiale de la vie à « **l'esprit** » et non en confondant celui-ci avec le mental qui fait partie de l'âme(ou psyché ou appareil psychique)(ou **inconscient - JS**) que la psychanalyse peut retrouver 1 chemin d'extension. **L'âme**(ou **inconscient - JS**), ancrée dans la chair, déborde l'ensemble constitué par l'instinct et l'intellect. Quand elle(ou il, **l'inconscient - JS**) n'est pas figée sur le mental, mais bien intégrée au corps et ouverte, elle laisse passer « **l'esprit** »(ou la volonté de « **Ce** » que je suis - JS), ce souffle de vie, d'intuition affective et de sentir primaire, ce carburant créatif et source de transformation, qui part de la chair vivante... Cela veut dire qu'il y a « **qlq chose** » qui nous dépasse, qui est là depuis notre naissance ou même notre engendrement et nous traverse jusqu'à notre mort(ce **celle du « moi » - JS**), nous inspirant quand ce n'est pas étouffé par les peurs et les prétentions de notre « **moi** ». Cela veut dire encore que tout ce qui va à l'encontre du renforcement du « **moi** » et favorise sa chute, ou au moins sa suspension, conduit au **spirituel**(comme le fait l'écoute psychanalytique dans la régression qu'elle entraîne)(Ici, lien avec l'Advaita et la désidentification d'avec le « moi » - JS). (55)

... Ma rencontre avec **Alexander Lowen**, le père de l'analyse bio-énergétique, et surtout celle avec **Elie Humbert**, l'élève brillantissime de **Jung**, allaient sonner le glas pour moi et ce type de travail et entraîner une reconversion totale...(68)

« Le groupe ne permet pas les **processus de désidentification** », auxquels aboutit nécessairement une thérapie qui ne s'arrête pas sur une inflation ou une déflation du « **moi** ». Il est cependant vrai que beaucoup ne tiennent pas à aller + loin et n'ont pas non plus forcément besoin d'aller + loin...

Combattre **les délires identificatoires** reste la tâche de la psychanalyse...

... La psychanalyse est 1 voyage dans **l'être** du sujet et œuvre au dévoilement au cœur du sujet d'1 « **manque fondamental d'être** », d'1 « trou » créateur d'altérité, de tension vers de l'autre, autre chose... (75)

... « C'est lui, l'analysand(l'analysé), on l'oublie trop souvent, qui « forme » l'analyste comme le bébé forme sa mère, à condition que l'analyste comme la mère n'y résiste pas. »
... Et quand l'inconscient de l'analyste vient en coïncidence avec cette « formation de l'inconscient » de son patient, sa « compétence » dépend alors bien évidemment, non de son savoir ou de ses prétendues « vérités » qu'il pourrait + ou - subrepticement « intimer », mais de sa capacité à suivre et à éprouver la dynamique interactionnelle, qu'elle soit transférentielle, contre-transférentielle ou simplement relationnelle, et ce sans quitter l'ancrage dans sa « vie propre ».(109.110)(à apporter à Bertrand de la Vaissière – JS)

La position de psychanalyste :

... Mettons en place 1 tel praticien : là, le cadre devient « **la présence et l'écoute** », c-à-d, le corps du praticien, cet instrument de « résonance » et « d'entente », s'il est vrai qu'en analyse on écoute de tout son corps et pas seulement avec les oreilles, et qu'entendre, ce n'est pas comprendre, ni interpréter : entendre c'est résonner, c'est être affecté, subir l'effet d'1 autre, de sa présence charnelle et de sa présence absente, de sa parole, et y réagir consciemment et à notre insu.(155.156)

... Quoi que nous fassions, nous restons toujours « analyste débutant » et face au défi de chaque analysand(l'analysé), nous sommes toujours confrontés à nos limites personnelles et à nos compétences ou incompétences émotionnelles et relationnelles.(166)

« Qui suit la voie sûre est comme mort ! » **Carl Gustav Jung**

« Je puis seulement espérer et souhaiter que personne ne devienne jungien » **CG Jung**,
Lettres volume II, janvier 1946

... **La position de l'analyste**, position éthique et non technique, est « d'entendre simplement », c-à-d, de « montrer qu'il a entendu » et ... d'attendre...
Ecouter donne à celui qu'on écoute la force de parler, écouter sans intentionnalité donne à celui qu'on écoute le courage de « parler sans frein », le courage de laisser en lui « l'enfant », le « primitif » et le « fou » sortir de leur mutisme et exprimer leurs sensations, leurs émotions et leurs désirs dans leur propre langage et en se donnant tout le temps nécessaire de le faire...(176.177)

... « **Le présent n'est pas 1 passage fugace entre le passé et le futur. Il est la seule existence.** » **Elie Humbert.**

... **L'attention**(de l'analyste), c-à-d, **la pleine présence, la pleine conscience-énergie** du méditant ou du combattant, doit flotter sans effort entre le regarder central d'1 lieu ou d'1 point et le voir périphérique de tout l'espace environnant, assurant de la sorte la stabilité de la présence et son efficacité.(186)

... La « position de psychanalyste » ne peut me semble t-il, être définie + précisément que comme « **accordage à l'inconnu** ».(191)

« La relation éthique n'est pas de l'ordre du savoir, mais du respect, de l'hospitalité et de la caresse » Emmanuel Levinas.

... Quiconque écoute tient en vie son prochain et lui-même. **Ma position éthique d'analyste est seulement de m'engager à écouter l'autre**, avec le pari que si l'écoute m'affecte et me transforme, lui pourra s'entendre et changer.(196)

Ecouter, c'est dans une position de passivité et d'accueil se laisser effracter par son patient, position traumatisante et qui ramène à ses propres traumatismes d'origine, position insoutenable au-delà d'une certaine durée et où on est touché au vif dans son for intérieur(**Qui est touché au vif ? Et pourquoi si le thérapeute est sensé avoir travaillé sur ses traumatismes ? JS**). (197)

Être là, être soi, être avec, laisser être... Tels sont les 4 « modes d'être » approximatifs du praticien en position éthique d'écoute...(200)

... De dépouillement en dépouillement, l'écoute perd ses images et découvre le **Vide**, qu'elle apprend avec angoisse à ne pas fuir, mais au contraire à connaître, à être, à éprouver, jusqu'à sentir que le vide est créateur et 1 véritable organisateur.(205)

Mon psychanalyste(Elie Humbert), contrairement à mes précédents thérapeutes, n'était pas du tout intéressé par mon « **moi** », ni par mes savoirs sur moi. Il semblait toujours à l'écoute d'autre chose, d'un inconnu... à venir... Tout en assurant une écoute dont je pouvais sentir la forte implication charnelle et psychique, il n'intervenait somme toute que fort peu, et de manière énigmatique et ouverte. Paradoxalement, **je le sentais aussi seul en ma présence que moi-même en la sienne**, sans que ces 2 solitudes contiguës ne barrent la route à la Rencontre... (223)

En définitive, il me fallut beaucoup de temps(**7 ans**) et la **patience infinie de mon analyste** pour que je puisse lâcher mon intellect et mon soi-disant savoir, et accepter de me laisser simplement aller à ce qui jaillissait en moi d'instant en instant dans le déroulement des séances et le vivre(déstabilisation, désidentification, dénarcissisation, pratique du « **vide** » ou du vidage des représentations conjointe à une terrible épreuve d'angoisse)... J'eus l'impression de m'amollir, de me liquéfier, de perdre tous mes repères, d'aller comme une nécessité au-devant de ce qui se dérobe... **Je me sentis passer par une épreuve de « l'impossible », le déchirement du désir, la mort et 1 deuil**...(la mort de qui ? JS) (225)

« Mon bon ami, toute théorie est grise mais vert et florissant est l'arbre de la vie »
Goethe, 1^{er} Faust

Le fait de mettre en mots 1 **symptôme** ne suffit pas pour qu'il disparaisse, il peut toujours se maintenir ou se déplacer. Ce n'est que si le sujet débusque la jouissance qui soutient son symptôme et veut bien y renoncer en se réinvestissant autrement, que sa disparition sera effective, parce qu'elle sera l'œuvre du sujet lui-même.(237)

... **Pour que l'inconscient advienne à la conscience** par « l'éprouvance » et le langage, il est nécessaire de rappeler de garder la « **cavité vide** » ...(Lu-Tsou – Mystère de la fleur d'or), les fruits de l'écoute sont alors comme la brise qui survient(ou pas) lorsqu'on laisse la fenêtre ouverte...(238) (**Pourquoi « détricoter » pendant tant d'années ? avec les exp. holotropique, R.H., le contact avec l'inconscient serait + rapide, ceci sans verbalisations, ni écoute et en + les résultats sont là aussi ... JS**)

Adam et Eve, la souffrance dues aux identifications :

Ils auraient pu se contenter de manger des fruits de l'arbre de vie qui était au centre du jardin(**tout cela sont des métaphores – JS**) et disposait de toutes les eaux et énergies de la création... S'en tenir là eut été s'assurer l'unité et la vie éternelle.

En préférant la jouissance des fruits de la connaissance, Adam et Eve se privaient de l'intuition globale et immédiate du réel dans l'état d'innocence primordiale (**Présence intégrale, pleine Conscience du présent – JS**) et choisissaient la coupure de l'**Un** originel (**début de la Dualité – JS**), la perte de l'unité et la mort... La fonction même de l'inconscient serait d'être en lien avec cette coupure de l'**Un** originel (refoulement originel) (**coupure due à la mise en route du mental qui nous sépare de ce que nous sommes vraiment et auquel nous nous identifions unilatéralement – JS**) (245)

« **Où es-tu ?** »... Cette question est 1 Appel à entendre et non une demande de réponse. Elle vise l'existence de l'homme et sa transcendance (**le dépassement de ce qu'il croit être – JS**) et tend à aider sa vocation, son aspiration, son désir, sa vie propre... (248)

Dépasser la cécité de la 1^{ère} vision (**l'illusion de la Maya – JS**) pour « revenir aux choses elles-mêmes », au concret et à l'immédiat, cela exige justement une « ascèse », car le réel n'est pas le donné dont nous partons naturellement, « englués » que nous sommes dans le langage et les concepts, dans le « discours des autres », dans les usages et les utilités sociales, **dans le monde factice qui nous entoure...** (252)

... « **Je ne pense pas donc JE SUIS.** » Ecrivait en 1960 **Maryse Choisy** dans 1 article sur les Yogas dans la revue Planète. (253)

La création de la Femme :

Dés son apparition, la femme révèle selon le Talmud, que l'amour que l'homme a fait auparavant avec des animaux n'était rien, vraiment rien par rapport à 1 moment d'amour avec elle...

Isah (Eve et Ish=Adam) a été créée avec « **l'a côté** » d'Adam et non pas avec une « côte » d'Adam comme une monumentale, mais peut être pas involontaire, erreur de traduction du **texte hébreu originel**, déjà signalée au XI^e siècle par **Rashi**, a pu jusqu'à nos jours le faire croire en occident. L'idée admise de la création d'Eve avec une partie du corps d'Adam est absurde et humiliante sur le plan symbolique pour la femme comme pour l'homme. **Elle s'est révélée désastreuse pour la condition féminine...** (257)

Selon le Talmud, le rôle initial de la femme dans 1 couple consiste à remettre debout sur ces pieds l'homme et à éclairer ses yeux souvent aveuglés. **Elle est avant tout Présence de vie** qui révèle l'homme à lui-même (c-à-d, à « **Ce** » qu'il est vraiment – JS) et elle est caractérisée par la lucidité intuitive, la puissance et la jouissance...

En définitive, l'homme et la femme ne sont ni semblables, ni complémentaires, ils sont simplement « autres », tout en étant proches...

C'est pour « con-naître » et épouser cet « autre côté » de lui-même, que l'homme, « mâle et femelle », doit « pénétrer » la femme, et inversement c'est pour connaître et épouser cet « autre côté » d'elle-même que la femme, « mâle et femelle », doit accueillir et recevoir en elle l'homme. **En hébreu**, le même mot, nous l'avons vu, signifie « con-naître » et « pénétrer sexuellement », ce qui est loin d'être anodin. (258.259)

Si une femme incarne de façon privilégiée les valeurs féminines, par contre, nous l'avons dit, ce féminin n'est pas l'apanage des femmes. **On trouve masculin et féminin chez l'homme comme chez la femme.** C'est le féminin de l'homme qui paradoxalement (**comme tout dans le monde manifesté est paradoxe – JS**) met en valeur son masculin, et inversement pour la femme, c'est son masculin qui donne toute son ampleur à son féminin. Il s'agit donc pour chacun de développer en soi leurs composantes, sans en mutiler aucune, pour que l'homme soit pleinement homme, et la femme pleinement femme, et qu'ils puissent se rencontrer dans leur différence incontournable et la reconnaissance réciproque de leur disparité, sans tomber dans la confusion des sexes. (268.269)

Orgasme et éjaculation :

L'éjaculation et l'orgasme sont 2 phénomènes qui ne sont pas corrélés(reliés), l'1 appartient au domaine du « moi »(l'éjaculation=plaisir phallique, narcissique), l'autre(l'orgasme) au domaine du « ça »(de l'inconscient), 1 homme peut éjaculer sans orgasme ou avoir 1 orgasme sans éjaculer, c'est trop souvent ignoré.

Pour passer à 1 véritable orgasme, l'homme doit abandonner au faite de son plaisir « phallique » sa position masculine et perdre provisoirement son « moi » et sa maîtrise, s'abandonner complètement à soi et « avec » l'autre, entrer donc dans une position féminine, c-à-d, 1 abandon total à ses pulsions érotiques. C'est son corps entier, et pas seulement 1 organe, qui est mobilisé alors dans l'orgasme.

La femme a aussi à se laisser aller complètement dans la position féminine d'abandon, d'ouverture et d'accueil pour pouvoir accéder à l'orgasme total avec alors 1 sentiment d'infini et d'impression de fondre.(270