

# Points et Positions

## Psychothérapie Corporelle

Par Will DAVIS

(Traduction de l'italien: Luis Fernando TOBON)

J'ai commencé à développer mon travail "Points et Positions" en 1984. Au début je l'ai vu comme une simple technique pour mobiliser les processus énergétiques, semblable aux techniques de respiration, aux exercices volontaires, à la formation des imaginations, etc. Il pourra être utilisé de cette façon, en l'adaptant aux standards du travail sur le corps, orientés dans le sens (neo)reichien. Mais au four et à mesure que la technique se développait et que le travail s'approfondissait, j'ai commencé à comprendre que cette approche pouvait offrir beaucoup plus de ce que je pensais et cela m'a amené à comprendre ce que j'écris ici. La technique même ensuite, devient secondaire par rapport à la méthodologie qui s'en développait.

### **Origine de la technique Points et Positions (P&P)**

La technique « Points et Positions » est une combinaison du toucher délicat et d'un travail verbal visé à rétablir la coordination bioénergétique spontanée de l'organisme. Ce travail tire ses origines de la théorie sur l'énergie de Wilhelm REICH et il a été influencé par la technique du « Relâchement Positionnel » (« Positional Release ») de Lawrence JONES, de la compréhension sur le tissu conjonctif élaborée par Ida ROLF, par le travail sur le corps du Radix de Charles KELLEY et par la thérapie de la Gestalt de Fritz PERLS. Du point de vue des concepts, P&P est basé sur la description faite par REICH du fonctionnement de la force vitale et de comment cette force se transforme dans les comportements humains, soit au niveau psychique que somatique. Cette méthode utilise la compréhension successive de REICH sur le fonctionnement de la force vitale – organomie fonctionnelle – qui prend distance des modèles émotionnels, structurel et psychologique sur la compréhension du comportement humain. Le résultat est que le fonctionnement énergétique est souligné, mais ceci ne veut pas dire qu'il soit utilisé simplement le modèle cathartique, souvent abusé et incompris.

Souvent l'on se réfère au travail de décharge cathartique comme à la partie « énergétique » et/ou physique du travail, et une fois arrivé l'on pense qu'il est nécessaire de travailler à niveau psychologique, historique, etc. Cette idée du travail « énergétique » - c'est à dire travailler d'abord avec une des parties de la personne et puis avec une autre – renforce le problème de la scission entre l'esprit et le corps.

Une approche fonctionnelle/énergétique, au contraire, comporte beaucoup plus que l'expression émotionnelle et la décharge physique. L'approche fonctionnelle comprend nécessairement parole, émotions, structure physique, constructions psychiques, cognitions et apprentissage. Il comprend automatiquement chaque type d'effort humain. Et ce qui rend unique l'approche fonctionnelle est qu'il peut avoir un effet sur tous ces comportements humains sans devoir forcément les contacter et travailler avec eux directement. Ils ne sont pas insignifiants, bien sur : mais du point de vu fonctionnel, ils seront vus comme des « sous-produits » - des symptômes et des manifestations – d'un processus plus profond et n'ayant pas en soi une valeur intrinsèque. Leur importance et leur valeur dépendent de leur source.

Les divers types de travail thérapeutiques qui trouvent leurs origines dans les théories de REICH peuvent être sous-divisés en trois domaines : psychothérapie corporelle, orientation psychosomatique et approche fonctionnelle.

- a) Dans la première, c'est une psyché qui a un corps, mais la suprématie reste le processus de l'expérience opéré à travers l'analyse et la compréhension analytique. L'analyse bioénergétique est un travail d'analyse caractérielle qui utilise le corps ; Hakomi et même Gestalt peuvent être inclus dans ce groupe. C'est le travail qui est sortie pendant la période reichienne de l'analyse caractérielle, lorsqu'il a commencé à faire attention à la qualité d'expression verbale et du corps pendant qu'il psychanalysait ses patients. Son livre, *Analyse du Caractère*, représente ce point de vue. L'histoire personnelle du patient joue le rôle principal dans la compréhension de son comportement.
- b) Le travail de type psychosomatique, constitue un développement postérieur pour REICH. Il est fondé sur la compréhension du rapport entre psyché et soma : comment l'un a une incidence sur l'autre. L'Orgonomie de l'école de New York est un exemple de cette approche et peut être indiqué, d'une façon générale, comme le tournant du travail de REICH au moment de « La Fonction de l'Orgasme ». Ici nous voyons le rapport étroit entre ce qui arrive dans le domaine psychique et comment cela se reflète directement dans le corps. C'est le travail sur le caractère, combiné avec une forte expression émotionnelle, pour libérer les blocages musculaires et décharger l'énergie retenue.
- c) L'approche fonctionnelle représente la dernière partie de la vie de REICH. C'est une compréhension des fonctions énergétiques dans toutes les choses, y compris chez l'être humain. REICH commentait en 1954, lorsqu'il travaillait sur le fait de comment amener de l'humidité dans les zones désertiques de l'Amérique sud-occidentale, que tout ce qu'il était en train de faire à ce moment-là, il l'avait appris en travaillant avec les propres patients, 30 années auparavant. Pour lui, il s'agissait d'un même et identique processus. Faire reverdir le désert et faire de la psychothérapie : du point de vue énergétique il n'y a pas de différence.

Le point de vue fonctionnel n'a rien à faire, par exemple, d'un flux de conscience, mais avec le flux d'énergie, qui peut se manifester ou pas dans un flux de conscience (contenu) : ce n'est pas important qu'il le fasse ou non. Non pas que les problèmes classiques de la psychologie, de la psychiatrie et de la psychanalyse soient en soit insignifiants, mais il est donné une priorité différente. Ils sont vus comme des symptômes et des manifestations d'un processus primaire, qui sera « rejoint » directement, de façon telle que les problèmes classiques seront modifiés.

L'approche fonctionnelle n'est pas la même chose que travailler d'un point de vue psychosomatique. L'approche psychosomatique a à voir avec le rapport de la psyché et le soma l'un avec l'autre : comment l'un agit sur l'autre. L'approche fonctionnelle a à

voir plutôt avec le rapport de tous les deux, psyché et soma, avec le fonctionnement énergétique.

Reich déclarait que rien, sans exception dans le fonctionnement naturel (énergétique) et par conséquent toute structure physique et psychique, ainsi que tous les comportements, sont automatiquement inclus dans une approche du type fonctionnel. S'ils ne les sont pas, il ne s'agit pas d'un point de vu fonctionnel.

Avoir une incidence sur le fonctionnement énergétique primaire signifie avoir une incidence directe sur toute la thématique humaine.

## **Un travail basé sur l'énergie**

Reich, ainsi que d'autres auteurs ont décrit les fonctions de la force vitale en reproduisant une liste d'une trentaine de caractéristiques diverses. Notre travail s'est avant tout intéressé à deux de ces caractéristiques : la première est le flux spontané de l'énergie vers l'avant, « vers » quelque chose, qui résulte, entre autre, dans le développement personnel ; La deuxième est la pulsation de la force vitale, qui est constituée soit du flux vers l'extérieur classiquement compris comme mouvement et expression, soit dans le mouvement de recueillement à l'intérieur appelé de façon erronée phase de contraction. La plus grande partie de la psychothérapie reichienne fait emphase sur la soi-disant phase d'expansion de la pulsation. Le travail de P&P est intéressé dans la mobilisation de l'organisme. Une fois leur organisme mobilisé, certains patients commenceront à avoir un flux vers l'extérieur, vers l'expression ; d'autres commenceront à avoir un flux spontané vers l'intérieur, vers l'impression. Tous les deux mouvements sont thérapeutiques. Il est nécessaire que les deux arrivent pour qu'il y ait la guérison. L'un des deux sans l'autre est inutile. Lorsque le flux bloqué, que ce soit vers l'extérieur ou vers l'intérieur, est complété, alors la coordination bioénergétique est possible, ou bien l'équilibre végétatif.

L'instroke (le reflux vers l'intérieur) de la pulsation n'est pas toujours vue comme une contraction, ainsi que l'outsroke (le reflux vers l'extérieur) n'est pas nécessairement une expansion. Lorsque l'on travail avec la pulsation, l'aspect qualitatif de ces deux mouvements est la chose la plus importante. Nous devons d'abord évaluer la qualité pour déterminer si un mouvement est bénéfique ou bien non. Une évaluation de type fonctionnel est nécessaire. C'est la qualité du mouvement, et non pas sa direction, qui détermine l'expérience.

Cette plus large compréhension sur la pulsation se clarifie ultérieurement avec la liste ci-dessous, qui montre quelques possibles combinaisons des qualités qui changent de façon significative le type d'expérience.

Expansion  
Expansion  
Expansion  
Expansion  
Explosion  
Explosion  
Dissipation  
Dissipation

Contraction  
Recueillement  
Organisation  
Concentration  
Contraction  
Recueillement  
Recueillement  
Organisation

Les termes les plus descriptifs et neutres pour indiquer tous ces mouvements sont instroke et outstroke : Le flux spontané, neutre et désirable de l'énergie du noyau vers la périphérie (outstroke) et, au contraire, de la périphérie vers le centre (instroke).

Le mot « contraction » a une connotation négative qui reflète l'aptitude à la définir comme « mauvaise » ou, dans le meilleur des cas, ne pas aussi importante. Si c'était vrai que l'énergie se répand et se contracte, alors chaque nuit lorsque nous nous endormons nous devrions nous contracter, ce qui équivaldrait à un état d'anxiété ; la moitié de nos battements cardiaques produirait de l'anxiété, la moitié de notre orgasme serait dominée par l'anxiété. Le terme « gathering » utilisé par KELEMAN, « recueillement » ou mieux « organisation », est plus équilibré et descriptif pour indiquer le reflux de la pulsation (nota 1)

Si nous donnons au terme « expansion » une connotation négative, nous obtenons « explosion ». L'explosion est le processus de décharge de l'expansion mais ce n'est pas un synonyme. L'explosion indique un aspect qualitatif de l'outstroke, comme l'expansion. L'explosion peut être contractive, si le patient a peur. Elle sera retenue, bloquée partiellement, entravée, en un mot, contractive. Une explosion peut même être ouverte et privée de contact, par exemple dans une rage aveugle. Si nous donnons une autre connotation négative au terme expansion, comme nous avons fait en appelant contraction la phase de recueillement, nous obtenons « dissipation » : un mouvement désorganisé et improductif vers l'extérieur, qui est qualitativement différent d'une explosion et d'une expansion. Une expansion est un flux coordonné, connecté, spontané du centre vers la périphérie et même ailleurs. Une explosion est une impulsion vers l'extérieur contre quelque chose dans la tentative de la dépasser, que ce soit un blocage intérieur ou une résistance extérieure. Une dissipation est une tentative d'éviter quelque chose, s'éparpiller pour interférer avec le contact, ce n'est pas faire irruption à l'extérieur pour entrer en contact. La dissipation est improductive, sans direction, elle n'est pas connectée au noyau ni unifiée dans sa circulation. C'est une action de détournement, elle n'est pas vissée. L'émotion comme défense.

De la même façon, ne pas tous les instroke sont contractifs. Centrage, focalisation, recueillement et concentration sont tous des mouvements vers quelque chose. Une contraction est un mouvement à cause de quelque chose ou une tentative pour éviter que quelque chose arrive, en général une émotion.

## **Modèle d'Etude**

P&P est centré sur le patient, selon un modèle d'étude qui s'oppose au modèle du type médical ou pathologique. Un modèle d'étude qui est même différent d'un modèle de type éducatif ; nous apprenons aux patients simplement qu'ils doivent apprendre d'eux-mêmes. Le modèle médical ou thérapeutique est basé – selon les paroles de FREUD, « sur la « susceptibilité » à une intervention extérieure ». Le médecin « fait » quelque chose au patient : une certaine opération, l'injection d'une substance donnée, une certaine intervention thérapeutique. Cet événement extérieur est ce qui est vu comme responsable dans le processus de guérison. L'intervention du thérapeute, soit qu'elle fasse d'écran des projections ou qu'elle libère les blocages musculaires, est vécue par le patient comme l'agent guérissant.

Le processus de guérison, dans une approche de type homéopathique, est légèrement mais significativement différent. Ce qui est reçu de l'extérieur stimule quelque chose qui est déjà existante à l'intérieur et l'activation de ce facteur déjà existant est le processus même de guérison. Dans ce sens, P&P est plus proche de l'homéopathie que de la médecine ou thérapie traditionnelle. C'est une intervention du thérapeute – son existence même dans le contact thérapeutique est déjà une intervention - ; et le point ce n'est pas qu'il n'y ait aucun type d'intervention, il s'agit plutôt de voir quelle est l'intention de l'intervention. Est-elle celle de donner au patient quelque chose qu'il n'ait pas, et dont il a besoin ? Ou celle de stimuler quelque chose qui existe déjà chez le patient, de façon à que « cela se fasse par soi » ? C'est beaucoup de respect vis à vis de la méthode d'étude par preuve et erreurs : une imparfaite recherche de perfection. L'accent est mis sur le fait d'apprendre un « juste » comportement dans le sens fonctionnel, et ne pas se focaliser ou chercher à comprendre les comportements « erronés » ou inadéquats ; c'est un moyen pour développer toujours plus les points forts plutôt que de faire la lumière sur la faiblesse.

## **Orientation Humaniste**

La psychologie humaniste considère REICH comme un de ses pionniers : si l'on considère la compréhension de REICH du fonctionnement énergétique et si l'on la traduit en concepts psychologiques, le résultat sont les fondements de la psychologie humaniste. Pour cette raison, dans le domaine psychologique, le travail est orienté vers une approche humaniste existentielle.

## **Travailler avec l'énergie existante**

Nous considérons que s'il y a une armure, quelque chose doit être bloquée, autrement il n'y aurait pas besoin d'une cuirasse défensive. Ce « quelque chose » peut être une pensée, un souvenir, une émotion et/ou un mouvement. La chose que tout ceci a en commun est la qualité d'être un état excessif pour l'organisme. (too muchness). Et c'est pour cela que cette chose se bloque.

L'organisme ne peut pas en faire son processus de façon adéquate. Au fond c'est la peur que l'organisme verra écrasée et qui sera incapable de soutenir la situation. Elle est perçue comme dangereuse. Etant donné que l'organisme est désormais à ses limites – il a déjà « trop d'énergie » -, nous ne le chargeons pas ultérieurement, ni physiquement ni psychiquement, mais nous travaillons avec le niveau d'énergie existante. Il n'y a pas besoin de charger. Le problème peut être défini de façon fonctionnelle en termes d'« excès » de charge dans l'émotion, dans la mémoire etc. Pourquoi ajouter une « charge » de plus s'il y en a déjà trop ?

Et de la même façon, il n'y a pas de personnes « à basse énergie ». Chacun a suffisamment d'énergie pour soi, il n'y a pas besoin d'en augmenter. Les personnes déprimées, par exemple, « dépriment » quelque chose, et elles ont besoin de beaucoup d'énergie pour maintenir cette chose en bas. Ce qu'elles dépriment est trop fort pour eux c'est pour cela qu'elles tentent de l'éviter. Pensez à combien d'énergie il faut dans ce type d'expérience pour tenir cette chose en bas !

Le point ce n'est pas qu'il y ait peu d'énergie, mais celui de mobiliser l'énergie existante, dans des conditions de sécurité, sans charger et sans opprimer l'organisme pour ne pas le faire aller dans un état de contraction. Nous soulignons la possibilité de mobiliser directement et sans risques l'énergie existante sans endommager l'organisme. Nous sollicitons, nous n'induisons pas.

C'est un évitement, une rétention systématique et systémique pour ne pas vivre une expérience, comme dans la contre-pulsation de KELLEY et dans le schéma d'interférence de BOADELLA. La contraction dans l'insroke offre le même résultat que la dissipation dans l'outsroke : l'évitement d'un contact profond avec l'extérieur ou avec l'intérieur.

## **CONSCIENCE : Du passé au présent.**

Dans l'approche de la Gestalt thérapie, l'expérience du moment présent est le point d'appui principal. D'un point de vue fonctionnel, il n'y a pas de contradiction entre passé et présent ; ils sont fonctionnellement identiques comme le sont de la même manière psyché et soma. La Gestalt a compris que ce qui arrive dans le moment présent est ce qui compte. Le passé vit dans le présent et c'est pour cela qu'il est important. Mais ce n'est pas le passé qui a des effets, c'est l'expérience qui se vit dans le présent qui rend le passé aussi important.

Ou bien le passé est absent et par conséquent il n'est pas important pour le processus thérapeutique. C'est une question de contexte. Une approche fonctionnelle inclut l'histoire passée, mais l'idée n'est pas celle de régresser dans le passé, mais plutôt d'amener le passé dans le fonctionnement du moment présent.

Des expériences de l'enfance, la mémoire, les rêves seront expérimentés dans le présent, d'adultes, lorsque l'accent est mis sur la conscience et la connaissance, pour assumer la responsabilité et agir sur cela. Un individu était privé d'aide et de défense à quatre ans, lorsque l'événement traumatique est arrivé ; le revivre comme à 4 ans le ferait retomber dans l'état de ce moment là (4 ans) ; étant conscient, par contre, en tant qu'adulte, lui donne la possibilité de faire vraiment quelque chose.

Cette différenciation peut mieux se comprendre avec la description faite par REICH sur l'origine des tous les systèmes de défenses névrotiques. Dans Analyse Caractérielle il affirme que le motif originaire du système de défense était, historiquement, celui de se protéger contre une attaque de l'extérieur. Mais avec les années, le système de défense

assume un autre rôle, qui s'appelle la « Fonction Primaire » des défenses : c'est celle de protéger l'individu de ses propres sentiments et émotions à propos justement de l'événement historique originaire : de la propre tristesse, peur, solitude. Le système de défense maintenant fonctionne pour se protéger soi de soi-même et non pas de quelque chose en provenance de l'extérieur. C'est un déplacement de l'accent entre ce qui a été fait dans le passé par quelqu'un d'autre, et ce que maintenant nous-nous faisons à nous-mêmes. Le point n'est pas tellement de changer le passé, tâche inutile, mais de changer notre relation avec nous-même dans le présent. Revivre le passé ne présente pas des grands avantages, mais plutôt dans le fait de revivre l'expérience dans le moment présent, comme adulte responsable, conscient, impliqué. Ces concepts sont connus dans le travail du Radix avec les yeux et dans la théorie de BOADELLA sur la communication de l'expérience.

### **Le modèle de la vie et le modèle de la décharge.**

Malgré le fort accent mis sur l'énergétique, le modèle de décharge/catharsis n'est pas central pour le travail de P&P. Comme je l'ai déjà indiqué, le travail énergétique n'est pas synonyme de décharge ni d'expression : l'expression est une petite partie du fonctionnement énergétique. Nous cherchons certes à rétablir chez l'individu la capacité de la décharge végétative telle qu'elle est décrite par REICH et par d'autres, mais il ne s'agit pas d'un modèle représentatif car le modèle de « décharge » n'est pas un modèle adapté pour la vie, pour vivre jour après jour.

S'il est vrai qu'il existe des périodes dans la vie de chacun dans les quels nous sommes interpellés par des fortes émotions, la vie n'est pas toutefois une crise constante. Les saisons n'éclatent pas l'une dans l'autre, la nuit n'éclate pas dans la journée. Les rythmes biologiques internes comme la digestion, la circulation, la vague cérébrale etc. En générale nous ne fonctionnons pas selon un modèle d'explosion/catharsis. En réalité, lorsqu'il arrive, ce fait représente un critère de déséquilibre et de maladie. Normalement, nous devons fluire et pulser de dans et de hors ouvertement et librement.

Par définition, la décharge demande une « perte de conscience », être accablé, une « chevaucher le rapide », une sorte de réduction générale de la conscience et de la capacité à assumer la responsabilité.

Après cette explosion nous avons besoin de « rassembler les morceaux » et d'intégrer, interpréter et donner sens à tout ce qui est arrivé. C'est semblable à ce qui arrive dans le fonctionnement hystérique : exploser et réorganiser.

Utiliser un modèle « de vie » à la place d'un modèle « de décharge » pour le fonctionnement énergétique rend plus claire ce qu'est le travail énergétique. Si nous focalisons sur le flux spontané de la pulsation vers l'intérieur et vers l'extérieur, c'est ce qui se rapproche le plus du fonctionnement naturel et c'est le deuxième modèle celui que nous voulons que nos patients vivent. La vie n'est pas une tempête ou une crise continue : ces événements arrivent, et en fait on doit avoir la capacité de « décharger ». Mais puisque le modèle de la décharge ne se rapproche pas de celui de la vie ni de celui du fonctionnement essentiel naturel, pourquoi devrions-nous l'utiliser avec les patients, si nous sommes en train de chercher à approfondir leur connexion avec leur flux énergétique naturel et avec la pulsation ?

Depuis 18 années d'étude sur l'instroke, je me rends compte que le processus de décharge est vu dans une optique différente. Il est possible que le besoin de la décharge, qui est commun, soit en directe connexion avec la quantité du blocage et que la décharge en elle-même ne soit pas nécessaire pour le fonctionnement énergétique sain. Il est possible que le besoin de la décharge dépende de combien le système énergétique est bloqué. S'il n'est pas bloqué, la décharge n'est pas nécessaire. La pulsation est nécessaire pour un fonctionnement sain et la décharge peut être (ou ne pas être) nécessaire pour que ce processus arrive.

Ce point de vu vient se mettre directement en contradiction avec l'idée de REICH sur l'énergie, selon laquelle la formule en quatre temps « tension-charge-décharge-relâchement », est universelle et essentielle dans le but d'un équilibre énergétique.

Mais nous avons observé avec les années comment l'achèvement d'un processus ouvert d'instroke produit à lui seul la même chose et au contraire un plus efficace changement chez la personne de ce qui faisait l'activation de l'outsroke de la décharge. Nous pourrions en déduire qu'il y ait une décharge dans l'instroke ; mais je pense que l'explication serait une autre. La formule en quatre temps de REICH est à la base de la compréhension de comment opère toute l'énergie physique. Puisque l'énergie de l'orgone de REICH n'est pas une « énergie » dans le sens physique, je ne vois pas la raison pour laquelle elle doit suivre les mêmes lois mécaniques.

L'orgone ne fonctionne pas directement sur le plan physique ou mécanique, mais dans des « états » transformés. Elle se manifeste comme énergie électrique, magnétisme, chaleur ou bien émotions, mouvements ou pensées. Ces états transformés – de l'orgone à l'énergie électrique ou aux émotions – doivent suivre les lois mécaniques, vu qu'ils existent dans la réalité physique. Une fois qu'il est transformé et qu'il fonctionne dans le monde physique comme énergie mécanique, la formule en quatre temps tient et la décharge est nécessaire. Mais si l'on travail avec une source plus originelle – le flux énergétique « pur », pas transformé, qui se trouve à l'intérieur de nous -, la nécessité de la décharge n'est plus valable, car à ce niveau de telles lois ne sont pas valables. Il suffit de mobiliser la pulsation directement.

Pour cette raison, il n'y a pas besoin de travailler pour libérer directement les blocages musculaires et les résistances psychiques. Nous ne devons pas libérer les blocages musculaires en déchargeant des vieilles émotions ou, l'équivalent physique, en comprenant et interprétant le passé. Nous pouvons contacter la personne « en dessous » de ce niveau et influencer directement la pulsation organismique primaire. Ce niveau est en dessous de celui dans lequel l'énergie se manifeste en émotions, pensées, mouvements, mémoire, etc.

S'il y a succès, le résultat sera que toute la structure psychique et somatique sera influencée.

## **La non-Activation des Défenses**

Les systèmes de défenses existent et opèrent au niveau psychosomatique. Comme résultat, nous ne travaillons pas directement contre la défense mais en dessous d'elle. Un des points charnière de notre travail est de faire tout ce qui est possible pour éviter l'activation des défenses névrotiques. Comme règle, si nous activons des comportements de défense chez le patient nous devons nous demander où nous sommes-nous trompés.



Dans ce sens, nous incluons dans les défenses les symptômes, des désordres, des problèmes, des récits (acting out), des manifestations ou exaltations secondaires, la cuirasse, les émotions de la cuirasse, des jugements de la cuirasse, le transfert, les projections, la résistance, l'évitement, etc.

Celles-ci sont trois possibilités de travailler avec les défenses.

- a) La première est que la défense peut être contactée et activée et que l'on peut travailler avec elle directement. Un exemple courant peut être celui de créer un rapport de transfert avec le patient de façon à amener à la surface la thématique transférentielle puis de travailler dessus dans les séances de thérapie. Pour que le patient voie ce qu'il est en train de faire. La même chose vaut au niveau du corps. En chargeant l'organisme le blocage musculaire est plus fort et clair, et ainsi le thérapeute et le client peuvent être plus conscients de comment et où il y a la rétention. A ce point la défense doit être abattue. LOWEN utilise le modèle d'un cocon avec un papillon dedans : il estime que le thérapeute doit rompre ce cocon pour libérer le papillon, car l'organisme ne le fera pas par lui-même.
- b) La deuxième possibilité est que la défense soit contactée, mais pas activée. La défense émerge, elle devient plus claire, mais elle n'est pas excitée. Le patient peut même être conscient de la défense, la voir telle qu'elle est, mais il ne la met pas en acte. La défense n'arrive pas à faire ce qu'elle voudrait.
- c) P&P essaie d'éviter quelconque contact et activation des défenses. L'intention plutôt est de faire appel au noyau et non pas de provoquer la défense, de soutenir le processus de guérison naturel et de croissance comme il est représenté dans le mouvement spontané en avant de l'énergie. Celle-ci est la partie de la personne qui le veut. Nous essayons de travailler avec la personne et non pas contre ses défenses. Et nous faisons une différenciation entre incapable et rebelle ; entre attitude protectrice et attitude défensive.

## **De l'Expression à l'Expérience.**

Un prolongement de l'idée de ne pas activer les défenses est que le point d'appui du travail change d'« exprimer » qui nous sommes à « expérimenter », faire l'expérience de qui nous sommes. L'expression est orientée vers : le passé, dépasser les blocages, les rapports interpersonnels (dans le sens de reproches et de « ce que l'on m'a fait »), la décharge, l'interprétation. Par contre, l'expérience est focalisée sur : le présent, apprendre une nouvelle expérience et ne pas revivre l'ancienne, développer un rapport différent avec soi-même, conscience, pulsation dedans et dehors, et l'état de l'être. Changer notre point de référence (focus) de l'expression à l'expérience, comme l'écrit Joseph CAMPBELL, change notre vie, ainsi « notre expérience vitale sur le plan purement physique aura une résonance dans notre être le plus profond...de cette façon nous sentirons pleinement l'extase d'être vivant ».

Mettre l'accent sur l'expérience de soi amène à soutenir cet « extase d'être vivant ». L'expérience de l'extase est représentée énergétiquement par la partie de la force vitale qui spontanément veut bouger vers. Et ce « mouvement vers » est responsable de croissance et développement, et c'est ce qui rend possible le changement. Et l'extase est expérimentée dans le flux de pulsation ouvert de la force vitale. Dans l'expansion il y a

plaisir et dans la phase de recueillement – qui n'est pas la phase de contraction ! – il y a sécurité et salut, ce qui est vraiment agréable.

La différenciation entre expression et expérience prend racine dans l'idée de REICH citée plus haut sur la raison originare et la fonction première du développement des systèmes de défenses. Le travail sur l'expression se concentre sur la raison originare de la défense : se protéger d'une attaque en provenance de l'extérieur, de la part de quelqu'un d'autre ; il est orienté vers le passé, vers ce qui est arrivé. Et il est orienté vers l'autre, c'est à dire il est interpersonnel, il est orienté vers ce qui a été fait par un autre. Le travail sur l'expérience se concentre sur la fonction première du système de défense : ou bien, ce que nous-nous faisons à nous-mêmes, maintenant. Ce que nous-nous faisons à nous même maintenant prend racines historiquement dans le passé, dans ce qui a été fait à ce moment-là ; mais maintenant nous l'avons introjecté, identifié, cru, etc. et « eux » maintenant n'ont plus besoin de faire quoi que ce soit, c'est nous qui nous le faisons à nous-mêmes. Le travail sur l'expérience est orienté vers le présent, il est dirigé vers l'expérience de soi.

Si nous avons appris à faire quelque chose à nous-mêmes, peut être pourrions-nous apprendre à ne plus le faire.

L'expérience provient lentement et clairement de l'intérieur, de l'expérience de soi. Et c'est le soi qui détermine combien est suffisant pour l'instant. Un avantage de cette méthode est que la défense n'est pas activée. Si l'on comprend que toutes les défenses, physiques et psychiques, sont des processus énergétiques – des morceaux d'énergie poussés vers l'extérieur – alors les inconvénients de charger la personne deviennent évidents. Plus nous ajoutons de charge d'énergie à l'organisme, plus nous ajoutons en proportion aux défenses.

La proportion reste la même : l'on ne peut pas charger simplement le noyau. Travailler pour faire émerger les émotions bloquées équivaut à activer directement les « chiens de garde », le système de défense. Ils sont là pour s'assurer que l'expérience bloquée reste à sa place. Une fois qu'une telle expérience est activée et qu'elle commence à bouger, les chiens de garde sont activés à leur tour.

Un autre avantage de travailler « sous » le niveau cité est que les chiens de garde dorment et il est possible de travailler « en dessous » d'eux, modifier la cause du blocage originare ; et le résultat est que le processus de blocage disparaît. Il s'agit d'une déclaration radicale : ce que nous essayons de dire est qu'il peut ne pas être nécessaire de travailler à travers le matériel historique pour aider le patient à progresser. Par fois il est possible de ne pas travailler directement avec les sujets usuels du processus thérapeutique et néanmoins réussir à les changer. Du fait, nous avons vu des cas dans lesquels certaines grandes thématiques ont simplement « disparus » sans même avoir travaillé dessus. Le seul fait que ces phénomènes existent est d'un grand intérêt.

### **Intra-psychique et Inter-psychique.**

Dans le modèle intra-psychique on assume que ce qui est le plus intéressante dans le cadre de la thérapie est le rapport du patient avec soi-même et non pas avec le thérapeute. C'est un déplacement d'attention du rapport inter-personnel ou inter-

psychique – patient/thérapeute – au patient lui-même, c'est à dire le niveau intra-psychique. Certes, comme nous l'avons dit, il n'est pas possible d'éliminer l'influence du thérapeute : nous voulons simplement souligner l'importance de se focaliser sur le patient et son expérience de soi.

P&P ne veut pas travailler sur les thématiques fondamentales au niveau du rapport patient/thérapeute, mais plutôt au niveau de l'expérience que le patient fait de ce qu'il est en train de faire à soi-même et de comment il le fait. Unes des raisons pour lesquelles nous travaillons au niveau intra-psychique et que, historiquement, en termes de développement, le premier rapport que nous avons n'est pas, comme en général on pense, avec un autre, d'habitude la mère. Le premier rapport est avec soi-même. Dans l'utérus est pendant les premiers mois de vie, lorsque l'organisme est dans un état indifférencié, il ne connaît que soi-même, il est conscient seulement de la propre expérience de soi. Il ne fait pas la différence entre soi et le reste du monde : c'est une condition d'omniprésence. De la conception jusqu'aux premiers mois de vie dehors de l'utérus, il y a passé près d'une année à développer une « personnalité » qui se portera derrière pour exploiter tous les rapports successifs, à commencer d'habitude par celui avec la mère.

Malgré les connaissances acquises pendant des années à propos de l'importance des effets sur le bébé qui dérivent de la vie intra-utérine et de l'expérience de la naissance, nous n'avons pas d'informations qui contredisent ce qui disait FREUD à l'origine : « Nous ne pouvons certes pas supposer que le fœtus ait une quelconque connaissance de se trouver en danger d'anéantissement ; le fœtus peut seulement sentir un « dysfonctionnement général dans l'économie de la propre libido narcissiste ». (Nota 2).

En partant de cette information, le travail de P&P se focalise sur l'individu et son rapport avec soi.

Donc, ce sur quoi l'on s'appuie en premier lieu est l'expérience de soi de la personne, et seulement dans un deuxième temps son rapport avec les autres. Si l'on change le propre rapport avec soi-même, tous les autres rapports changent par conséquent. Ceci est un modèle intra-psychique (intra-personnel) opposé à un modèle inter-psychique (inter-personnel). Il en résulte que l'accent mis sur le rôle de la relation entre patient et thérapeute est minimisé dans la mesure du possible. Le rapport thérapeutique n'est plus le « champ de bataille » - pour utiliser une expression de FREUD – où s'accomplit le changement.

La plus grande partie des problèmes qui se manifestent dans le rapport inter-personnel – avec des amis, des amants, des parents, des thérapeutes – sont en fait de problèmes que le patient a avec soi-même. Par exemple un problème sexuel, à l'exception des dysfonctionnements de caractère organique, est essentiellement un problème qu'une personne a pour vivre son propre potentiel. Les problèmes sexuels naissent lorsqu'elle ne peut pas ouvrir le propre cœur et ne peut pas connecter le centre du cœur avec le génital, ou qu'elle ne peut pas avoir suffisamment confiance. Ce sont des problèmes qu'elle a pour accomplir le propre potentiel. Ce ne sont pas des problèmes avec l'autre. Mais ils se manifestent dans des termes de pertes de contact avec soi-même et avec l'autre, lorsque le comportement incomplet est vécu, manifesté dans le rapport inter-personnel. C'est ici que nous le voyons au début. Mais ça ne veut pas dire que ce soit le « lieu » de la cause du problème.

La deuxième raison pour laquelle nous mettons l'accent sur le modèle intra-psychique est parce que REICH a clairement compris et expliqué le développement et le maintien du

système de défense. Comme j'ai déjà dit, il fait la différence entre la raison originelle d'un système de défense et sa fonction première. La raison originelle pour développer une défense dans l'organisme est pour se protéger d'une « attaque » de l'extérieur. Ceci est l'aspect de la défense enracinée dans sa propre histoire passée, regarder ce qui a été fait à l'organisme par l'autre. Mais sa contribution, sa majeure intuition, est ce que REICH appelle la fonction première de la défense, qui est ce que l'organisme fait actuellement à soi-même, pour se protéger de ce qui peut émerger de l'intérieur.

Mettons, par exemple, le cas de mon père, qui m'a blessé avec sa rage injustifiée lorsque j'essayais de m'affirmer moi-même. Originellement, je me suis protégé contre sa rage. Maintenant qu'il est mort, il n'y a aucune « raison » pour me protéger encore, cependant je continue à le faire. La raison est dans le fait que le motif originel – me protéger de la rage de mon père – n'est plus opérationnel, mais maintenant je me trouve dans la modalité première du fonctionnement : Je suis en train de me protéger de ma douleur et de ma rage contre mon père, pour lesquelles j'ai été puni dans le passé. (En termes psychologiques, introjection et/ou identification, dans le sens que j'ai pris aujourd'hui la place de mon père et je suis en train de faire ce qu'il m'a fait, lui, en premier). Si bien que je continue à bloquer mon agressivité saine originelle.

Il y a en jeu maintenant deux modalités. D'un côté, j'exclue mon propre impulse naturel de m'affirmer moi-même dans le monde – agressivité saine – et de l'autre je bloque l'émotion saine adaptative qui surgit pour avoir entravé l'impulse originel – ma douleur et ma rage. Je suis en train de retenir, de me bloquer moi-même dans le moment présent, en relation avec quelque chose qui m'est arrivé dans le passé. Ce n'est plus quelque chose qui m'a été faite par quelqu'un d'autre dans le passé, c'est ce que je suis en train de faire à moi-même dans le présent.

Je suis en train de créer un problème à moi-même pour être pleinement moi-même. C'est en somme, maintenant, un problème intra-personnel, pas inter-personnel. Dans un certain sens, donc, ce n'est pas le passé : je suis en train de tout faire, maintenant, dans le présent.

Maintenant nous pouvons faire une distinction plus précise entre se protéger et être sur la défensive. Se protéger est le motif originel : la protection, désirable, de l'intégrité de l'organisme contre une intrusion, qui est soutenue. Être sur la défensive est le comportement déformé de la fonction première du système de défense : hors de contact par rapport à la réalité du moment présent, chronique, automatique et inconscient. Les systèmes de protection sont toujours nécessaires ; ceux de défenses non.

## **Développement des limites et instroke.**

Nous voyons les limites comme partie du fonctionnement énergétique, surtout en termes de pulsation. Le flux vers l'extérieur crée l'expérience, et le flux vers l'intérieur agit comme un système de feed-back qu'organise l'expérience. L'expérience mise en marche en forme significative grâce à l'instroke de la pulsation, après quoi nous pouvons considérer la personne « informée » et « en forme ».

Il est surprenant de voir le développement spontané des nouvelles limites purement à travers la mobilisation de l'instroke de la pulsation. Sans travailler directement sur le sujet des limites, ce problème change et les patients rapportent des changements visibles dans leurs relations.

Un des changements spontanés le plus évident, lié au processus de création des limites que nous voyons chez les patients, est visible dans leur relation avec leurs parents. Les patients arrêtent de voir leurs parents comme des objets et commencent à les voir comme des personnes qui sont arrivées à être leurs parents. Comme l'a rapporté une cliente : il s'était développé une « distance satisfaisante » entre elle et sa propre mère.

Les structures privées des limites, sont celles dans lesquelles le fonctionnement du reflux énergétique est insuffisant. Étant donné qu'il ne peut pas y avoir un processus de centrage, il ne peut pas avoir la formation d'aucun centre. Elles restent avec un Moi faible, un maigre développement du soi et sans un système de défense efficace, qui les rend susceptibles aux chutes soudaines.

La structure qui a un excès des limites, donne l'impression opposée, mais le résultat fonctionnel est le même. Il se présente des limites surdéveloppées, rigides, cuirassées à l'extérieur qui donnent l'illusion de force et servent même comme l'ego. Mais puisque ces limites sont exclusivement périphériques, elles ne sont même pas connectées avec un centre réel.

Nous différencions les limites saines des limites cuirassées, empêcher et protéger, instroke et contraction. Les défenses sont nécessaires, mais leurs qualités déterminent leur fonctionnement

Les limites saines sont flexibles, plastiques, malléables. Elles protègent l'intégrité de l'organisme, elles sont orientées vers le présent et leur fonctionnement peut être volontairement arrêté.

La définition du physicien Erich JANTSCH, « structuration temporelle optimale » et « structure en progression » (process structures), représentent le mieux ce point de vue. La cuirasse est inflexible, rigide, paralysante. Elle est automatique et peut être soit consciente, soit inconsciente. Dans les deux cas, et de toutes façons elle est hors du contrôle de la personne. La cuirasse est toujours contre quelque chose, jamais en faveur de quelque chose.

Paradoxalement, un vrai contact (même la fusion), peut se vérifier seulement en présence d'une limite réelle et d'une réelle séparation. Je dois m'expérimenter comme séparé de toi avant que je puisse entrer en contact avec toi. Sans limites, je n'ai aucune perception de mon Soi. Il n'y en a aucun – ni soi ni moi – pour faire l'expérience.

Nous pouvons observer, à travers la mobilisation de l'instroke, se développer les limites en toutes les réalités : Physiquement, le corps commence à prendre une forme plus nette, les segments se différencient mieux sans segmentation.

C'est une croissante unicité dans le corps à mesure que les segments se définissent plus clairement et circulent l'un vers l'autre.

Les émotions sont mieux organisées et exprimées. C'est un processus de clarification qui se développe alors que le patient sépare ses émotions de celles des autres et devient conscient de sa contribution au problème. Il se base moins sur l'autre et il a moins le syndrome de « c'est toi qui m'as fait ça ! ».

Même le niveau mental s'organise : penser et parler devient plus clair et plus simple. Il dit plus avec moins de paroles. Au niveau verbal, nous mobilisons l'instroke en utilisant une technique de focalisation et de conscience. La conscience est utilisée comme un instrument contenant.

Verbalement nous enracinons l'expérience d'abord dans le corps, «le nommer », aidant les patients à faire la différence entre une pensée, une émotion et une sensation. Les limites se développent simplement car l'organisme organise la propre expérience en soi-même : il définit, il se dessine, il donne forme et met les limites.

### **Qualitatif plus que quantitatif.**

Nous focalisons sur la qualité de l'expérience, pas sur la quantité de l'expression ou du contenu. Un flux même petit, mais ouvert, connecté, est plus thérapeutique qu'une explosion forcée et contractée.

Nous cherchons le mouvement mais nous évitons l'agitation ; nous distinguons entre se protéger et être sur la défensive, comme entre incapable et rebelle. Ce ne sera jamais assez souligné : c'est la qualité qui détermine l'expérience.

### **Objectifs.**

L'objectif à court terme du travail est celui de mobiliser lentement et d'une manière sûre l'organisme à un niveau profond : obtenir un véritable mouvement, dans deux directions, vers l'intérieur et vers l'extérieur. D'un point de vu énergétique, ceci signifie aider l'organisme à apprendre à pulser au-delà des propres limites normales, interrompus, cuirassées. Comment, et, à quelle vitesse, n'a pas d'importance. La qualité du mouvement est ce qui compte, le résultat du mouvement est ce qui compte.

L'objectif à long terme est celui d'aider à rétablir l'état naturel, perdu, de coordination bioénergétique. Au niveau physique ceci s'exprime en mouvements libres, spontanés, vitaux, en sensations et émotions ouvertes. Au niveau psychique c'est la clarté de pensées, la flexibilité caractérielle, l'intuition et l'humour.

La seule intention du travail est celui d'augmenter le niveau de tolérance de l'expérience énergétique. Nous voulons aider la personne à augmenter la propre capacité à accepter les niveaux d'expérience de soi d'une intensité de plus en plus grande. En termes fonctionnels et énergétiques, « le problème » n'est pas la mère ou le père, ou la sexualité, ou la confiance, ou la rage bloquée, ou être une structure de type phallique. Ce sont tous des symptômes « d'adaptation » à un « problème » beaucoup plus originel. Ce sont des manifestations, dans la réalité physique de psyché et soma, d'une cause plus profonde, la tentative de l'organisme de s'adapter à être bien.

En termes d'actualité, le problème est celui d'être bio-physiquement incapable de tolérer la plénitude de la propre expérience énergétique. A un niveau fonctionnel, le problème et le même pour nous tous : L'excessive quantité de tout cela. Ceci est l'approche fonctionnelle : de quelle façon l'organisme organise la propre énergie. Non pas pour quoi, mais comment.

### **La Technique des P & P.**

L'application de cette méthodologie prend en général deux formes. Une est un massage (toucher) direct et délicat du corps du patient couché sur un matelas et la deuxième est constituée des techniques verbales spécifiques. L'effet que le travail a sur le client et la façon dont il le métabolise – c'est à dire son fonctionnement pendant et après le travail – déterminera comment procéder.

La moitié de la technique de manipulation physique – positioning – a été développée par le docteur Lawrence JONES comme méthode de relaxation du stress physique et des douleurs causées par un déséquilibre structurel du corps. Il s'agit d'une technique de traitement purement physique qui aidait à développer « le concept de dysfonctionnement somatique, d'une perturbation structurelle de type mécanique à un dysfonctionnement réflexe neuromusculaire ».

Avant l'innovation de JONES, la thérapie physique travaillait simplement sur la musculature physique, en cherchant à la dénouer avec la force mécanique. Avec sa technique, le système neural est entraîné, et les interventions du thérapeute avaient des effets sur les patients à un niveau plus profond et plus vaste.

Nous avons accueilli la technique de JONES et nous l'avons développée ultérieurement jusqu'à arriver à un concept des dysfonctions/compensation énergétique. (Nota 3)

Avant JONES, l'idée commune pour relâcher la contraction musculaire était de forcer physiquement le muscle à relâcher en appliquant une pression directe sur la zone contractée et la forçant à se « relâcher ».

Avec la technique de JONES, le muscle contracté est isolé et comprimé sans douleur, comme raccourcir le muscle contracté-même : dans un certain sens, en augmentant la contraction. Ceci crée une réponse neuromusculaire qui relâche la contraction musculaire de façon spontanée.

Du point de vu énergétique, puisque le muscle est maintenant artificiellement tenu dans son état contracté – « en sécurité » - par le thérapeute, il peut permettre que plus d'énergie circule à travers le muscle.

En même temps, l'énergie qui a été détournée et utilisée dans le processus initial de blocage, est maintenant libre de se joindre au flux d'énergie principal et elle est à nouveau disponible pour l'organisme.

La deuxième partie de la technique de manipulation physique, points, a été au contraire développée de façon indépendante. Il y a certains éléments communs, avec les points de l'acupuncture et du Shiatsu, mais il s'agit d'une coïncidence. Ces points sont historiquement plus proches du « trigger Points » \_\_\_\_\_, décrits avant tout par CHAPMAN et TRAVEL. Mais il ne s'agit pas non plus des mêmes points et il n'ont pas la même base conceptuelle. Et l'objectif et le résultat de la stimulation des trigger points sont complètement différents par rapport à lorsque nous les utilisons. Du point de vu anatomique, les points se trouvent souvent au début et aux insertions des muscles et occasionnellement dans le tissu conjonctif formé dans le muscle même. L'accent est mis non pas dans les contractions musculaires, mais dans la structuration du tissu conjonctif. La contraction volontaire et involontaire à court terme est musculaire, alors que la contraction à long terme et les traitements que nous voyons et avec lesquels nous travaillons dans le processus de cuirassement – et ses effets sur la structure caractérielle – ne sont pas des contractions musculaires en soi, mais une augmentation de la structuration des couches. Ceci est interprété comme dans le rolfing, qui souligne comment un muscle chroniquement stressé se renforcera en développant des strates

postérieures des couches de tissu conjonctif et il les résorbera une fois que le stress est fini. Du fait, le travail de libération des « contractions musculaires », comme il est appelé en générale, est en réalité un travail sur les couches et il est plus efficace lorsque l'on travail précisément en termes de couches. Les muscles réagiront en conséquence.

Le travail verbal doit beaucoup à la technique de la GESTALT ; en générale, c'est un travail orienté vers le processus du moment présent. Nous distinguons entre trois types d'intervention verbale : Récolte des informations, focalisation, mobilisation, clarification et développement des modèles (intégration). Avec des techniques verbales spécifiques de focalisation et de mobilisation nous sommes en mesure de travailler d'une façon énergétique. Des techniques verbales valables sont en mesure de mobiliser l'énergie autant que les exercices de respiration, les mouvements d'expression volontaire etc.

### **Avantages et Inconvénients.**

Il y a certains avantages dans le fait d'utiliser cette méthode. Un avantage est qu'il est possible de contrôler et de mieux diriger l'expérience énergétique qui monte en évitant les aspects trop excessifs et de contraction du travail de charge/décharge. Puisque le patient expérimente ce travail comme venant de l'intérieur, il apprend pour soi, avec le temps, comment ouvrir et – encore plus important – comment ralentir ou fermer consciemment le flux qui émerge. Ceci donne confiance, sens de sécurité et soutien. Ceci évite la peur de ce qui peut émerger, qui est le plus commun des processus de blocage.

Une fois que le patient supère la peur de ce qui émerge, le processus thérapeutique peut procéder à un niveau plus profond. Tant qu'il est entraîné dans cette « peur de », du fait il opère au niveau de la cuirasse.

Ce type de peur n'est pas une véritable peur ni une peur propre, comme par exemple la peur existentielle : C'est l'émotion en provenance de la cuirasse, et tant qu'elle est activée, l'organisme reste dans l'état cuirassé et sans contact avec le propre noyau.

Cette approche rend le patient toujours plus participant dans le propre processus de guérison et, même, fait qu'il assume toujours plus la responsabilité. Ce n'est pas quelque chose qui vient de l'extérieur, mais quelque chose qui émerge de l'intérieur. Tout ceci est semblable à la position de LEVINE, même s'il écrit spécifiquement sur la formule de décharge, lorsqu'il parle d'un « rythme biologique régulateur » : L'expérience du patient est plus complète de ce qu'elle serait « s'il avait été manipulé, et s'il était perçu comme dépendant uniquement dans le rapport avec l'enseignant-thérapeute pour la relaxation » (Nota 4).

Un autre avantage est qu'avec cette méthode l'on peut faciliter soit l'instroke ou l'outsroke de la pulsation. Les différentes structures caractérielles sont orientées en diverses directions du flux de la pulsation et elles bloquent différents flux de la pulsation ; par exemple, en termes de RADIX, une structure fondée sur la peur bloque l'instroke alors qu'une structure fondée sur la rage bloque l'outsroke. Il est utile et plus facile de connaître quel flux a été interrompu et aider le patient à compléter ce type de flux.

En général ceci est décidé à partir de la réponse même du patient au travail ; il y a tendance à compléter spontanément le flux incomplet, au début, pour augmenter la pulsation globale. Une fois que le flux retenu a été libéré – vers l'intérieur ou vers



l'extérieur – la pulsation commence dans l'autre direction. Et comme ça nous obtenons un équilibre énergétique et végétatif.

Un désavantage du travail de décharge et qu'il se traduit en général par une diminution de la conscience et de la prise de responsabilité. Comme il est précisé par Ron KURTZ dans son Manuel de Hakomi, lorsque l'on « chevauche le rapide » l'on a peu de temps pour imaginer les données et vérifier chaque chose ; on le fait mais en eau calme. En travaillant avec la charge existante, le patient ne contrôle pas l'intensité croissante et il est plus conscient de la propre expérience et il peut la métaboliser à mesure qu'elle émerge. Il est dans une meilleure position pour expérimenter le passé dans le moment présent, d'adulte responsable et conscient, sans revivre le passé tout seul comme un enfant impuissant. Avec ce changement de perspective, il peut faire quelque chose de cette expérience, par rapport à lorsqu'elle arrive pour la première fois, quand la seule chose qu'il pouvait faire était de réagir.

L'expérience du patient vient plus de l'intérieur. Elle est sentie comme propre, plus que n'importe quelle autre chose d'étrangère qu'il aurait subit par quelqu'un d'autre dans le passé, ou dans le contexte de l'intervention thérapeutique. Et par conséquent il peut participer davantage et mieux dans le propre processus de guérison. Puisque les défenses ne sont pas activées ; il y a moins de transfert, projections, interprétations, intégration, résistances, diagnoses, dépendance, vis à vis du thérapeute et du rapport thérapeutique, et « peur de ».

Le patient déclare que l'expérience qui se dérive de ce travail est plus concrète. Les symboles sont nécessaires lorsque la réalité n'est pas disponible. Ce travail semble fournir une expérience plus claire et enracinée de qui la personne est, de quoi faire ou ne pas faire en fonction de cela. La personne se sent moins en attente et sollicite moins de soi, il y a plus d'espace pour explorer.

Mais il y a aussi des inconvénients. S'éloigner des modèles émotionnels et psychologiques parfois laisse la personne dans une sorte de vide. Par exemple, leur vision du monde peut dépendre de leur visions des rapports interpersonnels. Comment pourra m'aider dans ma vie sentimentale laisser que mon épaule gauche se secoue librement ? Qu'est-ce que cela a à voir, le fait d'aller plus en profondeur, dans mes problèmes avec l'autorité ou avec le fait que je n'ai pas un travail ? Ils peuvent même croire qu'il serait essentiel le fait qu'ils comprennent leur rage contre le père, ou qu'ils doivent travailler dessus pour s'en libérer. Ils ne peuvent pas faire le saut du psychologique au fonctionnel. De façon compréhensible, ils ne voient pas la connexion ou l'importance.

Ainsi, beaucoup des gens pensent à l'énergie comme à une métaphore. Et ils ne veulent pas la laisser émerger et prendre le propre mouvement. Ils ont besoin de « la saisir » et « d'en faire » quelque chose. Par exemple, il m'a été plus facile de travailler au Japon avec cette méthode plutôt qu'avec des techniques néo-reichiennes traditionnelles. Les Japonais se trouvent plus à leur aise avec un cadre qui a comme base les processus énergétiques et non pas un modèle thérapeutique/pathologique. Si on ne leur dit plus qu'ils doivent travailler sur le rapport avec leur femme à travers un travail sur leur mère, ce n'est pas important pour eux de ne pas le faire, ils n'y pensent même plus. Ils sont plus ouverts au niveau fonctionnel.

Cette méthodologie n'est pas tellement une tentative de créer quelque chose de nouveau, mais plutôt de creuser plus au fond dans ce que REICH a découvert et tracé. Une tentative de le suivre en remplissant le sillon qu'il a laissé derrière soi à mesure qu'il entrait toujours plus dans la profondeur des phénomènes.

REICH a découvert tellement des nouveaux territoires et tellement vite, que c'est à ceux par mis nous qui voulons le suivre de clarifier et consolider la connaissance qui a été donnée.

Notes :

- 1) Vedi Working with the instroke, Energy and Character, vol.15, n. 1, 1984
- 2) HINSIE and CAMPBELL, Psychiatric Dictionnary, 4<sup>th</sup> Edition, Oxford University Press, New York, 1970.
- 3) Vedi Releaising Muscular Armour, Energy and Character, vol 16. n. 1, 1985.

Will DAVIS  
Mas de La Capelle  
Route de Saint Côme  
30420 SINSANS  
France  
E-mail : [ers@wanadoo.fr](mailto:ers@wanadoo.fr)  
Tel/Fax : (00 33) 466 81 43 25