

# Faire une psychanalyse.

L'on ne se résout à entreprendre une psychanalyse, me semble-t-il, que contraint par soi-même, "du dedans", lorsque l'on est las de vaciller entre différentes et contradictoires perceptions de soi, voire des autres. L'on ne s'y résout que quand éclot un mal-être dont on soupçonne qu'il couvait depuis longtemps. Ou quand s'amplifie le sentiment de "passer à coté" de son existence. Ou lorsque **la répétition** de souffrances, d'échecs, de ruptures, voire encore d'ordonnances de médicaments, nous amène à cette intuition que quelque chose, au fond de soi, quelque chose d'inconnu en soi et pourtant familier nous échappe ; quelque chose d'inconscient, à cerner, à découvrir, dont se "dé-lier".

Faire une psychanalyse, c'est probablement réaliser l'une des plus grandes aventures de son existence ; tenter en quelque sorte d'aller à la découverte et à la rencontre de soi-même, d'un "je" qui pourrait, de soi, advenir. Pour soi. Devenir soi et ainsi, plus familier qu'étranger à soi-même. Plus pacifié avec son propre tumulte, qu'en état de perpétuel conflit intérieur.

Quelque chose en soi, à débusquer avec la ou le psychanalyste, quelque chose de **tout autant familier qu'étranger**, puisque inconscient, reclus, caché à soi-même mais dont on soupçonne parfois le murmure, et qui amène à cet intime constat que tout en croyant - depuis le temps ! - se connaître, l'on ne se comprend pas. Sentiment de bien plus être **objet**, bringuebalé, interrogatif, souffrant de sa propre existence, que le **sujet** de celle-ci.

L'on ne «se fait psychanalyser» (*en fait, chez le psychanalyste, l'on est bien plus **analysant de soi-même** qu'analysé, avec l'aide du cadre psychanalytique*) qu'acculé en quelque sorte, qu'intérieurement contraint. Car une analyse est rarement une partie de plaisir : si en effet une part de soi veut comprendre, changer, pénétrer cette énigme que l'on est pour soi-même, une autre part de soi «fait de la résistance». **Résistance** - certes la plupart du temps totalement inconsciente, que le psychanalyste ne devra pas manquer de repérer - résistance souvent "rationalisante" qui tend ainsi à préserver, à conserver bien enfoui ce qu'en psychanalyse, vous cherchiez justement, pensez-vous, à exhumer.

Faire une psychanalyse, cela passe par admettre ses apparentes contradictions comme précisément inhérente à l'existence même. C'est réaliser dans l'analyse des mots, des lapsus, des répétitions, des associations d'idées, des sentiments et des images inattendues qui nous viennent à l'esprit durant et entre les séances, que par exemple, *amour et haine - tant de l'autre que de soi - sont intimement entrelacés* ; réaliser - autre exemple encore - que le mot "lien", que l'expression "je suis attaché à..." peuvent certes s'entendre dans le sens d'un plaisir (à aimer ou à l'être), mais aussi dans le sens d'une dépendance, d'une addiction, d'une aliénation. Et commencer une psychanalyse, ce peut être réaliser et commencer à admettre que jusque là, l'un des sens du mot - voire même une façon singulière de le prononcer ou de l'avoir entendu prononcé - prenait pour nous le pas sur tous les autres sens possibles. Je prenais ci-dessus l'exemple du mot *lien* ; en psychanalyse, c'est justement **l'exploration du lien qui se tisse aussi entre analyste et analysant(e)** (ce qu'en jargon psychanalytique, l'on nomme transfert) qui offre des clés pour l'analyse des «liens intérieurs» - le *lien*, mot employé entre un chéri et sa chérie, entre enfant et père ou mère, mais tout autant utilisé pour nommer une entrave, des menottes entre deux poignets, quelque chose d'aliénant pouvant susciter la violence, la haine, souvent retournées sur soi - liens parfois réels, mais plus souvent

imaginaires ou symboliques et plus souvent encore inconscients (à la fois sus et insus) qu'entretient la personne - avec... le reste du monde actuel, passé ou à venir.

Autre chose encore : Jacques Lacan, psychanalyste français controversé, tout comme le fut Freud par la bourgeoisie viennoise conservatrice de la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle, Jacques Lacan disait notamment – je cite approximativement - «**la vérité ne peut que se mi-dire**» et aussi, à propos de la cure, ou du travail psychanalytique «**parfois, la guérison vient en plus** (par surcroît, en plus du travail d'analyse)» ; ces constats sont porteurs d'au moins deux conséquences.

### Deux conséquences de ce qui précède :

🌀 La vérité profonde d'une personne, et bien cette personne – et son analyste – ne peu(ven)t que finir par la cerner au plus près, mais sans jamais totalement la dévoiler ; quelque chose en échappe toujours, quelles que soient durée et intensité du travail psychanalytique - d'ailleurs souvent prématurément interrompu.

🌀 Il arrive qu'au cours ou qu'à l'issue du travail, les symptômes qui amenèrent à "consulter", s'effacent. Ou encore : ce que la personne vivait comme douloureux symptôme, cela devient pour elle partie intégrante d'elle-même. Elle le fait sien. *La guerre intérieure cesse*. La personne "guérit" de ce qui la tourmentait, n'est plus tourmentée de ce qui l'habite et la constitue.



Pourquoi la psychanalyse rougirait-elle de ce qu'il arrive que «la guérison (ne) vienne (qu') en plus» du travail de psychanalyse? Tant de sciences dites exactes voient leurs fondements vaciller lors de nouvelles découvertes ? Tant de médecins spécialistes ne parviennent eux aussi, qu'à alléger, soulager, accompagner, sans réussite totale et pérenne. La qualité de la relation entre le médecin et le patient, possède une place prééminente dans l'issue du mal-être voire de la maladie et dans la perception qu'a la personne de ses troubles, de son toubib. Il en est de même entre l'enfant et l'enseignant, où «quelque chose» se passe un jour dans cette paire, qui, soit propulse l'enseigné, soit contribue à sa désaffection de l'enseignement et de l'éducation scolaire.

Faire une psychanalyse, c'est un parcours de ré-appropriation de soi, ou plutôt, de découverte

d'un soi "intime" ; c'est un escarpé chemin de reconnaissance et de connaissance de soi, par soi. Evidemment, ce travail, cette «naissance» amènent-t-ils des changements chez la personne qui s'y lance - et dans la perception qu'elle a de ses relations à autrui. Et donc souvent, le candidat à l'analyse me dit-il craindre qu'en allant mieux - qu'en voulant aller mieux - tout ce qui tenait (certes douloureusement, certes de moins en moins, sinon pourquoi vient-il voir le psychanalyste?) s'effondre ; c'est là l'un des pourquoi de la résistance à ce travail d'analyse entrepris, ajouté au fait que cette souffrance, ces "symptômes" dont on souhaiterait se défaire via la cure analytique, et bien **cette souffrance, elle a - inconsciemment - sa fonction...** Fonction par exemple de "colmatage".

Parmi tant d'autres choses, j'ai bien conscience en écrivant, de l'incomplétude, de l'inexactitude de ces propos partiels. Cette incomplétude, elle est aussi le propre de l'analyse, de l'analysant, du psychanalyste, du désir, de l'être que l'on est.

Enfin la psychanalyse met-elle radicalement en cause **les notions de normalité et d'anormalité**, de (bonne-) santé, de savoir, de maîtrise, de science, de conscience, de guérison ; elle ne peut donc que déranger tant l'ordre établi que les bienséances de dupe. Elle dérange aussi la personne même qui s'y livre, pointant son inconsciente duplicité avec elle-même. Elle me semble cependant le seul moyen pour approcher le cœur de soi, et implique de profondes conséquences sur la façon de lire nos rapports avec les autres et les événements, proches ou lointains.

(voir aussi les pages [\*\*"FORUM PSY, nouveaux textes, infos, discussions"\*\*](#))