

Dr RITVA BOLGAR

Témoignage d'une psychiatre hospitalière

Nouvelles seconde formule épuisé

Si je suis une vieille routarde (depuis plus de 25 ans) de la psychiatrie et de la psychanalyse, mon coup de foudre pour la C.F. et la psychophanie est autrement plus récent, et je me sens encore une petite jeune en la matière !

Après avoir lu il y a plusieurs années déjà, le premier livre d'Anne-Marguerite Vexiau, « Je choisis ta main pour parler », le choc s'est produit, pour moi, le jour où j'ai eu l'occasion de rencontrer Anne-Marguerite lors d'une conférence chez Didier Dumas. J'ai vu la personne Anne-Marguerite Vexiau, et immédiatement j'ai été frappée par sa présence et sa qualité d' « être là », par sa générosité, son positionnement juste, et son éthique. J'ai su que c'était quelqu'un qui ne trichait pas, et qu'il se passait vraiment quelque chose dans ce travail dont elle témoignait.

En même temps que j'allais voir moi-même, en tant que patiente facilitée, 3 personnes facilitantes, et que j'étais stupéfaite par les textes qui en sortaient (tous 3 se révélant en rapport avec mon histoire, personnelle et transgénérationnelle), j'ai commencé à suivre la formation EPICEA et c'est ainsi qu'à ce jour, j'utilise la psychophanie dans mon travail de deux manières :

1) De ma place de psychanalyste et psychothérapeute, il m'arrive d'adresser des patients qui sont en thérapie avec moi à des facilitants confirmés. Les textes ramenés par ces patients font l'objet entre nous d'un véritable travail d'interprétation, riche et fructueux, relié au travail thérapeutique en cours, et l'on peut dire que ces séances de psychophanie permettent de « booster » la thérapie, de l'enrichir et de lui donner un second souffle. Je ne dirai pas que le contenu des textes représente une véritable révélation : les personnes auxquelles je propose ce « plus », dans le travail en cours, sont en effet, en règle générale, déjà largement engagées dans un chemin intérieur, à la rencontre de leurs ancêtres et de leurs fantômes.

Il est clair également que je ne suggère pas une séance de psychophanie à toutes les personnes que je reçois : je le propose en fait quand « quelque chose » (que je n'arrive pas toujours à préciser, mais que je sens très fort) bloque le travail en cours, le fait tourner en rond. Ce « quelque chose » je le définirai comme le sentiment, pour moi, que la personne que j'accompagne a repéré ses difficultés et ses fantômes, mais tout se passe comme si elle l'avait bien compris avec sa tête, son intellect, mais que ça résiste encore dans son corps, dans ses cellules, et l'on n'avance plus. Dans ce contexte, une séance de psychophanie vient dire, par l'intermédiaire du corps (la main) et des mots du facilitant, l'émotion qui traverse (grâce au « lâcher-prise » du facilitant) le couple facilitant-facilité, et cette émotion qui surgit entre les lignes du texte (et que mes patients ont tous ressentie), cette émotion vient « aligner », vient mettre en cohérence la compréhension intellectuelle et le ressenti émotionnel ; le travail de thérapie peut alors repartir. Deux fois cependant ces textes ont dû donner lieu, à la demande des personnes concernées, à une véritable explication de texte, mot à mot, point par point : dans ces deux cas, les personnes ont reçu le texte comme un message fidèle de leur inconscient, à la virgule près, alors donc, pour moi, la psychophanie ne représente certainement pas une lecture littérale de l'inconscient, mais constitue plutôt une création à deux (facilitant-facilité), à la manière d'une œuvre artistique.

2) Je travaille aussi directement en psychophanie, en institution avec des adultes handicapés d'une part, et en libéral avec quelques personnes (enfants, et une jeune adulte)

d'autre part : je précise que je ne propose pas ce travail à des personnes en analyse avec moi. Il me paraît en effet essentiel de ne pas mélanger les genres, il n'en résulterait que confusion. Pour le moment, mon expérience est encore trop limitée pour être vraiment concluante. Je dirai seulement que, si je n'obtiens pas encore de textes aussi forts que ceux des facilitateurs confirmés, il se passe tout de même dans ces séances des phénomènes troublants, et notamment l'apparition de textes poétiques, aux ambiances marquées et très différentes selon les patients, qui induisent chez ces patients des réactions émotionnelles fortes, comme s'ils entraient là en résonance avec les textes (ou sont-ce les textes qui sont en résonance avec eux ?).

Ce que je sais déjà en tout cas, c'est qu'il va me falloir du temps avant de devenir (si je le deviens !) une facilitante confirmée. Anne-Marguerite Vexiau le dit très bien : ce qui permet de devenir facilitant, ce n'est ni le savoir, ni la technicité, ni l'intelligence : c'est la capacité à lâcher prise. Et ça, vous pouvez me croire sur parole, ce n'est pas une question de volonté, parce que sinon, il y a un moment que je serais une facilitante hors pair ! Mais voilà : le lâcher-prise, c'est si simple et si compliqué à la fois ...

Sur cette question, je ne saurais trop vous conseiller d'aller écouter le Docteur Jean-Marc Eyssalet qui dispense à la Sorbonne, avec un enthousiasme bouleversant et communicatif, un enseignement passionnant sur les bases de la médecine et de la cosmologie chinoises, et sur les différences radicales existant entre la pensée de la Chine Ancienne et celle de l'Occident contemporain. En effet, il est clair que le lâcher-prise est parfaitement étranger et hétérogène à la pensée occidentale moderne, qui ne peut pas le reconnaître ni lui octroyer droit de cité, car « dans sa structure, notre pensée repose sur la formation de concepts, et ses dynamismes essentiels procèdent du principe de causalité (enchaînement des causes et des effets), associé à celui du tiers exclu (pas de terme intermédiaire entre l'affirmation et la négation d'un principe ou d'un phénomène). Ces directions se sont précisées, affinées, systématisées depuis la Grèce classique et pointent toutes vers une connaissance de l'objet (pensée conceptuelle) utilisant l'analyse logique et reposant sur des définitions » (Jean-Marc Eyssalet : *Les cinq chemins du clair et de l'obscur*, Guy Trédaniel). En revanche, « la tradition chinoise a toujours admis que rien n'existe qui soit séparé ; elle infère qu'on ne peut concevoir de fait isolé. L'univers entier se révèle à la façon d'un immense organisme dont la corrélation intime de toutes les fonctions laisse progressivement apparaître le sens de l'unité dynamique de tout ce qui existe » (ibid.) Dans la philosophie chinoise, l'accent n'est donc pas mis, contrairement à ce qui se passe en Occident, sur l'objet immobile, mais sur les liens, sur le mouvement qui relie : toute forme est d'abord un instantané dynamique. Tout est relié à tout par le QI, le souffle-énergie, qui est également souffle-résonance. C'est ainsi que très schématiquement, on peut dire qu'« en énergétique, on parle avec le corps tout entier, et c'est aussi au corps vécu qu'on s'adresse. (...) On écoute d'abord, on écoute longtemps ce qui arrive spontanément et se signale dans l'instant en notre conscience par la sensorialité. (...) Les masseurs et les ostéopathes le savent, la main et le souffle « écoutent »...

Le *wu wei*, c'est-à-dire le non-agir ne pas intervenir » (kaltenmark) est la toile de fond dont la conscience toujours plus profonde clarifie notre présence en nous invitant à lâcher prise dans des régions de plus en plus secrètes de notre être. Et c'est seulement dans ce don de soi à la situation, à la fois non-actif et de plus en plus total, que peuvent surgir en nous les perceptions et les intuitions les plus transformatrices (ibid.) La communication facilitée et la psychophanie permettraient-elles de redécouvrir ces vérités connues de la Chine ancienne, et oubliées de notre Occident moderne ? La question est ouverte en tout cas.