

Hommage pour les 100 ans de Reich : L'autorégulation entre organismes humains'

Michel Heller

Table des matières

I : L'ANCIEN COMBATTANT	2
II : « L'IMPULSIVITE COMPULSIVE »	2
III : LA REVOLUTION SEXUELLE.....	4
IV : LA NOTION DE STRUCTURE CARACTERIELLE.....	6
V : PSYCHOLOGIE DE MASSE	8
VI : LES PRATIQUES PSYCHO-CORPORELLES	11
<i>CHAPTER VI.1 : L'ANALYSE CARACTERIELLE</i>	<i>11</i>
<i>CHAPTER VI.2 : LA VEGETOTHERAPIE</i>	<i>12</i>
<i>CHAPTER VI.3 : L'ORGONOTHERAPIE.....</i>	<i>12</i>
<i>CHAPTER VI.4 : LES PSYCHOTHERAPIES CORPORELLES DES ANNEES 1990</i>	<i>14</i>
VII : CONCLUSION	14
VIII : BIBLIOGRAPHIE.....	16

¹ Publié comme Heller, Michel (1998): Les 100 ans de Wilhelm Reich, *Adire*, 14. Je n'ai corrigé que des détails. Il s'agit d'un hommage présenté près de Vienne (Autriche) pour le centenaire de Reich, au Congrès de *l'Association Européenne de Psychothérapies Corporelles* (EABP). Cet article est mis à disposition sur l'Internet dans le but de partager des connaissances entre individus. Toute forme de distribution organisée requiert la permission de l'auteur et de la revue, comme prévue par le droit des publications. Copyright Michel Coster Heller.

I : L'ancien combattant

Presque tous les thèmes abordés par Wilhelm Reich entre 1925 et 1955, sont devenus des thèmes majeurs à l'aube du XXI^e siècle. L'homme dont nous célébrons le 100^e anniversaire de sa naissance en 1997 est un précurseur en tous les cas, un génie sans doute.

Les thèmes associés à Reich sont souvent réduits en lambeaux et en slogans. L'intérêt de la pensée Reichienne ne réside pourtant pas tant dans la générosité de ses propos, mais bien plus dans la façon dont sa démarche enrichie notre manière d'aborder la réalité humaine.

Parmi les grands thèmes de Reich, celui qu'il me semble le plus utile de relancer aujourd'hui, est sa conception de l'autorégulation entre organismes². Je partirais donc de ce thème, pour montrer avec quelles ressources ingénieuses Reich développait une réflexion : une bonne pensée motive une pratique suffisamment utile pour ramener à la pensée des questions qu'elle n'aurait pas pues s'imaginer avant d'avoir agit.

II : « L'impulsivité compulsive »

La rencontre de Freud et de Jung a notamment été une mise en commun d'expertises entre un neurologue qui traitait des cas de névrose dans une pratique privée, et un psychiatre qui étudiait la schizophrénie en institutions. Lorsque ce dialogue fut interrompu, le mouvement psychanalytique a senti un déchirement qu'elle symbolisa en créant la polarité névrose / psychose. Et au centre de cette polarité, elle dépose en gerbe la notion de blessure narcissique. C'est notamment autour de cet axe que les psychanalystes d'alors ont développé un potentiel conceptuel qui leur a permis – pendant la première guerre mondiale – d'accomplir un travail fort utile au sein des institutions psychiatriques.

Devenu communiste, Reich s'allie avec de jeunes collègues pour ouvrir une clinique de consultation psychanalytique. Cette clinique s'adressait à une clientèle qui n'avait pas besoin d'une prise en charge à l'hôpital psychiatrique, et n'avait pas les moyens (psychiques et/ou financiers) de suivre une psychanalyse. Cette clientèle

² Cette notion a ressemant été reformulé pour les psychothérapies d'orientation psychanalytiques par Beatrice Beebe et son équipe (Beebe et al. 2005, pp. 10-24).

comptait notamment de nombreux jeunes délinquants. Comme par hasard, dans ce troisième type de clientèle Reich met à jour un troisième type de fonctionnement : ni névrotique, ni psychotique, ni à mi-chemin entre névrose et psychose... mais tout prêt de la gerbe en forme de blessure narcissique. C'est ce que Reich appelle, en 1927, le « caractère impulsif ». Pour aider ces personnes Reich préconise **une approche psychothérapeutique relativement active**, et la formation d'**un environnement éducatif** qui puisse contenir sans réprimer la richesse pulsionnelle de cette jeunesse.

Il est étonnant qu'aujourd'hui Kernberg (par exemple dans Kernberg 1984) soit le seul à signaler à quel point cette étude de Reich a influencé les travaux plus récents sur les « personnalités limites ».

Quand Reich ou Kernberg parlent de jeunesse délinquante, ils analysent un certain type de souffrance que l'on rencontre souvent en côtoyant des délinquants. Toutefois, ils ne prétendent pas que tous les marginaux soient des personnalités limites, où que tous les caractères impulsifs sont des jeunes délinquants.

Une des clefs du caractère impulsif décrit par Reich est la polarité qui le structure : « l'impulsivité compulsive ». Il y a impulsivité dans la mesure où ces personnes ne peuvent pas s'empêcher d'agir certains gestes violents qui se représentent en eux : un monsieur bat régulièrement sa femme, un père viole régulièrement une de ses filles, une femme séduit tous les collègues de son mari, une autre se taille régulièrement un bras avec une lame de rasoir, une troisième se fait avorter une dizaine de fois.

Il y a bien là, périodiquement, un accès si direct de certaines pulsions à la motricité, que le mot d'impulsivité s'impose. La notion de spontanéité que l'on pourrait aussi associer au mot « impulsivité » est par contre moins appropriée dès que l'on considère à quel point ces actes deviennent souvent répétitifs, et ritualisés. Pensez à l'adolescente qui commet **une série** de tentatives de suicides. Non seulement l'acte se répète, mais il prend parfois un aspect monomaniaque. Pensez à un homme gentil, aimable. Il bat pourtant régulièrement sa femme, mais dès que sa colère est passée, il s'étonne de voir sa femme hurler sans raison.

La soudaineté de ces agissements, et leur imprévisibilité, rend le travail psychothérapeutique avec ces patients très difficiles. L'intensité des réactions empêche notamment une approche transférentielle classique, car les réactions du thérapeute sont trop violemment sollicitées pour permettre une analyse sereine du contre-transfert.

Pour faire face à de tels patients Reich propose une action éducative, formatrice, et idéologique. Il fait cette proposition avec l'espoir qu'une certaine forme d'embrigadement peut aussi contenir et focaliser certains types d'agissements. Kernberg propose une démarche plus classiquement psychanalytique, organisées par son modèle de « l'identification projective ». Il explique aussi l'aspect imprévisible des réactions par la notion de clivage.

La notion d'impulsivité compulsive demeure néanmoins particulièrement utile pour comprendre comment des éruptions volcaniques imprévisibles peuvent en même temps faire partie d'une chaîne de répétitions rigides. Car c'est bien à une suite sans fin de sursauts que nous convie ce type de caractère. L'analogie avec l'activité volcanique est d'ailleurs loin d'être épuisée.

Ces 10 dernières années, au sein du Laboratoire Affecte et Communication à Genève, j'ai étudié avec l'aide de mes collègues le risque de récurrence suicidaire. La notion d'impulsivité compulsive nous permettait de coordonner de façon particulièrement élégante deux séries de résultats bien connues, mais apparemment contradictoires :

➤ Depuis plus de dix ans, de nombreux travaux trouvent une faible concentration de sérotonine (un neurotransmetteur) dans le liquide céphalo-rachidien (au centre de la colonne vertébrale) de personnes qui agissent de façon particulièrement violente. Le fait que l'action soit dirigée contre soi-même ou contre autrui ne change rien à ce résultat. Cette substance participerait aux mécanismes qui empêchent qu'un ressenti violent se transforme **automatiquement** en acte. Dans la plupart de ces articles, les auteurs associent un manque de sérotonine dans la colonne vertébrale à de l'impulsivité ; ils concluent qu'un suicide est un acte **impulsif**.

➤ Un nombre tout aussi important d'articles montre qu'un acte suicidaire se prépare souvent pendant des mois, voir des années : la plupart des suicidants ont consulté un médecin (souvent un psychiatre) moins d'un an avant de se tuer ; le suicidant écrit une ou plusieurs lettres pour décrire ses motifs ; certains visitent toutes leurs connaissances (comme pour dire au revoir) avant de commettre l'irréparable. De nombreux autres exemples montrent qu'un suicide fait souvent partie d'un long processus de ruminations intérieures que l'on pourrait qualifier de **compulsives**.

Comme on le voit ici, la notion « d'impulsivité compulsive » décrit bien un mélange explosif que la clinique psychiatrique côtoie constamment. En ayant oublié le vieux modèle du jeune Reich, elle se prive probablement de moyens qui pourraient encore lui rendre de grands services.

III : La révolution sexuelle

Dans leur clinique, Reich et ses collègues partaient du bilan désastreux de la politique sexuelle autrichienne, esquissée par Freud et ses collègues. La démarche de Reich avait trois axes au moins :

➤ Proposer un modèle psychophysiologique des besoins sexuels de l'organisme. Il propose une formule du plaisir orgasmique, et essaye d'évaluer

l'impact de l'inhibition du plaisir sexuel sur la santé. C'est notamment à cause de ces recherches que Freud recommande à certains confrères (comme Alexander) passionnés par la psychosomatique d'aller travailler avec Reich.

➤ La clinique essaye d'inventer une forme de « planification familiale » (Reich est avant tout sexologue). Les thérapeutes reçoivent toutes les personnes qui s'interrogent sur la sexualité (comment éduquer ses enfants, contraception, avortement, etc.). Reich perçoit tout d'abord la nécessité de développer des moyens techniques et légaux nécessaires à ce type d'entreprise (moyens contraceptifs, lois sur l'avortement, droit des adolescents d'avoir une chambre à eux...). Il se rend aussi rapidement compte qu'aucun individu n'a les moyens d'intégrer seul ce que sa sexualité déclenche (sous forme de questions, de sentiments, d'agissements...). Ceci est particulièrement tangible quand on observe un délinquant impulsif s'empêtrer dans les conséquences de ses agissements pulsionnels. Un désarroi similaire s'observe aussi facilement dans les milieux artistiques et intellectuels³, où les gens sont souvent à la fois trop sensibles et trop intelligents pour accepter des modes de régulation des pulsions trop simplistes et/ou néfastes, comme ceux proposés les religions. Finalement, la littérature sur la névrose décrit l'impossible combat destructeur de ceux qui aimeraient vivre indépendamment de leurs besoins pulsionnels.

➤ Reich conclut que le cerveau d'un individu n'a pas, à lui seul, les moyens de canaliser ses pulsions. Le conscient individuel a besoin d'un soutien social et culturel pour découvrir ses besoins et pour apprendre à les vivre. Reich pense démontrer qu'une société a besoin de construire une politique sexuelle compatible avec la notion de santé mentale et physique. Il espère ainsi créer une politique préventive, permettant de lutter contre les épidémies de maladies, de névroses, et de méchanceté.

Reich continue cette recherche sur une grande échelle à Berlin, dans le cadre d'un parti communiste Léniniste qui était à l'époque particulièrement créatif dans le domaine des réformes psychosociales (comme le montre l'œuvre toujours actuelle de Vygotsky). La sensibilité de Reich aux liens entre démocratie et réformes psychosociales, lui permet de saisir dès 1933 que Staline démolissait tout ce que Lénine avait construit. Clairement Staline remplaçait les explorations soutenues par Lénine par une politique morale proche de celle des Nazis. Pour le Reich de cette époque, ces nouvelles politiques ne pouvaient qu'engendrer des « pestes émotionnelles ». Il est d'ailleurs chassé et de l'Allemagne Nazi et du Parti Communiste la même année, après avoir publié la première édition de « La Psychologie De Masse Du Fascisme ».

Reich était conscient des pièges inévitablement tendus à toute politique sociale de la sexualité : commercialisation des perversions (pornographie) accrue, dépersonnalisation de l'acte sexuel (banalisation), ainsi que d'autres qu'il présentait sans pouvoir les préciser. Depuis, Michel Foucault a développé ce thème de façon particulièrement percutante.

Depuis 1950, la notion de politique sexuelle s'est imposée dans la plupart des

³ L'activité créatrice peut être assimilée à une forme sublimée d'impulsivité compulsive.

grandes institutions de la santé, et est devenu un phénomène mondial très différent de l'eugénisme prévalent avant Reich. Même si les politiques sexuelles d'aujourd'hui s'inspirent rarement explicitement de Reich, on peut dire qu'elles en ont souvent gardé l'essence humaniste, démocratique, et respectueuse de l'individu.

Les diverses tentatives de prendre en main, politiquement, le devenir des mœurs sexuelles mènent finalement à un bilan mitigé. Des ouvertures ont effectivement été trouvées, mais presque toutes nous ont fait pénétrer dans des salles inconnues, qui posent chacune des questions que nous n'avions pas imaginées. Comment voulez-vous que l'humanité avance autrement ? Ainsi, nous observons effectivement moins de névroses en Europe, mais aussi plus de personnalités limitées et narcissiques. Les nouveaux systèmes d'éducation (engendrés notamment avec le soutien des psychothérapies) ont permis à beaucoup d'adultes de devenir plus ouverts ; mais ils souffrent maintenant non seulement d'un manque de soutiens culturels, mais aussi de l'appréciation négative associée à tous systèmes de défense. Pour résumer, nous trouvons une solution partielle au problème de la névrose (la libération des mœurs sexuelles) ; mais au lieu de rencontrer la santé mentale, nous découvrons que de nouvelles questions – tout aussi importantes – peuvent enfin se préciser.

Je ne ressens pas cela comme échec, sauf pour ceux qui espéraient pouvoir tout résoudre en une vie. Au contraire, j'ai l'impression que l'humanité est entraînée de construire une nouvelle route, et je ne peux que regretter de devoir mourir avant de pouvoir entrevoir vers où elle risque de nous mener. Manifestement, nous sommes nombreux à repenser la révolution sexuelle en fonction de ce qui s'est passé depuis 1950. J'ai aussi l'impression que c'est un excellent moment de réactualiser certaines des réflexions qui avaient mené Reich à proposer une politique sociale des pulsions.

IV : La notion de structure caractérielle

Pour Reich les vicissitudes des pulsions structurent un caractère. Un caractère est formé par les milliers d'automatismes qui lentement s'organisent, et engendrent des intentionnalités qui deviennent irréversibles. Un caractère se décompose en trois éléments :

- A) Des traits de caractères qui se forment à fur et à mesure que certaines actions se répètent.
- B) Une organisation dynamique de ces traits, formés par leur agencement dans le temps.
- C) Le contenu refoulé par un trait de caractère cherche sans arrêt à s'actualiser, comme un animal noyé qui essaye de respirer. La compétition qui dynamise tous les traits se cristallise lentement, forme la structure caractérielle (un concept proche de ce que les psychanalystes nomment « système de défense »).

Voilà un exemple de trait de caractère :

- un bébé a besoin de toucher sa mère
- la mère est absente
- le bébé pleure
- personne ne vient
- le bébé hurle
- une femme de ménage vient lui dire quelques mots gentils

Si cette scène se répète souvent, elle va mettre en place tout un réseau de schèmes psychomoteurs. Ce réseau va renforcer certaines possibilités d'adaptation de l'organisme, alors que d'autres réseaux auraient renforcé d'autres potentialités. Imaginons que 30 ans plus tard cet homme est marié, mais éprouve régulièrement le besoin de faire l'amour avec des femmes de ménage. Un jour, en psychothérapie, il hurle, puis sent sa peur d'être abandonné par sa femme. Un an plus tard il pleure et sent consciemment à quel point il a envi de partir en vacances, seul avec sa femme.⁴ Nous aurions alors élucidé les origines d'un trait de caractère, et cela aura peut-être une action bénéfique sur l'histoire de ce couple. Par contre, cet épisode ne nous éclaire pas sur l'ensemble de la structure dont ce trait fait partie. Or, pour Reich, c'est l'ensemble de la structure caractérielle qui doit être appréhendée si l'on veut pouvoir influencer sa dynamique.

Le thérapeute peut par contre partir d'un trait caractériel (comme celui que je viens de décrire), et l'utiliser comme quelqu'un qui s'empare d'une boucle pour commencer à un nœud.

Une structure caractérielle est tellement complexe qu'il serait absurde, dans l'esprit de Reich, de vouloir associer une dynamique psychique à une configuration corporelle. Il imagine par contre volontiers qu'un trait caractériel s'associe à une tension musculaire chronique. Prenons l'exemple d'un enfant qui pendant des années serre les poings, pour contenir son besoin de frapper. Il peut devenir un adulte qui serre sans cesse poings et mâchoires. Toutefois tout un travail est nécessaire pour découvrir à quels scénarios et traits de caractère ces tensions s'associent :

Exemple de scénarios : peur de frapper un père trop fort, ne pas oser frapper une mère dépressive, ne pas avoir le droit de faire tomber un petit frère, etc.

Exemples de traits caractériels : inhibition de l'agressivité, faire peur à l'autre en montrant que l'on arrive tout juste à contenir sa rage, besoin de sentir son envi de frapper pour avoir l'impression d'être viril, etc.

Dans ce genre de défenses, le fait que la tension chronique soit clairement visible et influence de façon implicite comment une personne est perçue par autrui fait parti de la dynamique du système de défense mis en place. L'insistance qu'avait Reich d'analyser non seulement ce qu'une personne fait, mais *comment* elle le fait est un des aspects de son approche qui est encore mentionné dans la littérature

⁴ Ce cas est imaginaire et caricatural. Je n'ai malheureusement jamais rencontré de structures aussi simple. J'espère seulement que cet exemple permet de créer une métaphore appropriée dans l'imaginaire du lecteur.

psychanalytique, (Jacobs 2005, p. 167).

Un trait psychique peut utiliser différentes stratégies comportementales ; et une stratégie comportementale peut s'inscrire dans diverses dynamiques posturales et respiratoires. Pouvoir décrire un tel système est un but que je me suis fixé en entreprenant, depuis 1976, toute une série de recherches expérimentales et cliniques. Reich était conscient qu'il débroussaillait un territoire immense, et mal connu. Il n'avait pas la prétention de pouvoir décrire en quelques pages la complexité d'une structure caractérielle qu'il avait intuitivement cerné pendant des mois – voir des années – de travail. À la demande de Freud, il utilise des exemples qui montrent comment on peut parfois partir d'un indice corporel, et mettre à jour un maillon central d'une structure caractérielle.

En termes modernes, l'approche psychocorporelle de Reich est souvent plus proche des travaux de Bourdieu sur «la distinction » que des ouvrages de Lowen. En effet Bourdieu montre comment un «habitus » (une façon de vivre) façonne peu à peu la qualité des tissus du corps. Faire peu ou beaucoup de sports, manger gras ou frugal, se vautrer dans de grands fauteuils ou s'accroupir sur des tatamis... toutes ces habitudes façonnent un corps autant qu'un être par des petites touches qui deviennent peu à peu indélébiles.

V : Psychologie de Masse

En 1933 Reich rejoint d'autres penseurs comme Marcuse, et montre que l'individu se définit à l'intersection des domaines biologiques, psychologiques, et sociologiques : chaque domaine étant un support crucial pour les deux autres. Bref nous ne sommes pas loin du modèle philosophique de Spinoza.

Spinoza décrit un univers où chaque réalité (pensées, chair, connaissances) forme un niveau infini, qui a une logique qui lui est propre. Aucun de ces niveaux ne peut toucher (interagir avec) l'autre, mais ils font tous parti d'un même univers que Spinoza associe à l'ancienne notion de « Dieu ». Un individu est traversé par ses plans de réalité. Ils agissent en lui de façon indépendante. Mais dieu laisse des traces sur la neige fraîche que chaque instant dépose sur l'âme. Ces traces («affectus » en latin) inscrivent un lien qui traverse les divers plans et influence la totalité d'un organisme. Ce lien est souvent traduit en français par le mot « affect », parfois par le mot « émotion ». Dans tous les cas il implique un sentiment et/ou une

pensée qui affecte la chair, et un mouvement de la chair qui affecte pensées et sentiments. Pour Spinoza, l'affect exprime des liens créés par la nature entre tous les plans qui traversent un être. Lier chair et pensée est même, pour Spinoza, la fonction première des affects, qui deviennent ainsi la principale manifestation de l'univers global dans un individu. Comme vous le voyez, dans ce système l'affect est nécessaire, essentiel, et sacré. La pensée de Reich est assez proche, mais pour lui l'affect primordial est l'orgasme, puisqu'il coordonne tous les niveaux qui traversent une **relation** en même temps que tous les niveaux qui traversent un organisme.

Ayant mis au point son modèle du caractère, l'histoire oblige Reich d'aller puiser aux limites de son système. Deux questions surtout l'interpellent :

- Comment est-ce que l'Allemagne qui a engendré le «siècle des lumières » décrit par Cassirer, peut soudain massivement basculer dans le Nazisme ?
- Comment est-ce qu'une révolution porteuse d'espoir comme celle déclenchée par Lénine en USSR, peut soudain massivement engendrer un tsar aussi grotesque qu'Ubu ?

Dans ces pays, toutes les réformes pour lesquels Reich luttait sont bafouées, et les masses même semblent vouloir générer des institutions qui les détruisent. C'est par exemple le peuple Allemand qui a élu démocratiquement et admiré celui qui détruira cette démocratie.

L'association que nous avons faite entre Bourdieu et Reich prend ici tous son sens, car Reich parle de structures caractérielles des masses qui ont appris à vivre avec un Tsar ou un Kaiser. Une fois libérées du Tsar ou du Kaiser, toutes ces structures caractérielles ne savent plus comment fonctionner ; et dans leur désarroi elles engendrent une caricature de Tsar (Staline) ou de Kaiser (Hitler pour les Allemands et les Autrichiens).

Ici deux choses sont distinguées, à nouveau assez proches du modèle de Spinoza

- Les structures caractérielles forment un plan de la réalité différencié. Nous avons affaire à un niveau d'organisation de la matière qui a son propre fonctionnement... distinct mais en contact avec les autres niveaux. Une structure caractérielle est un mode de fonctionnement, une adaptation des organismes à la société qui les entoure, et une adaptation de cette société aux organismes qui la génère.
- Les besoins sociaux et les besoins profonds d'un organisme forment eux aussi deux niveaux d'organisation de la matière distincts et différenciés.

Il devient alors tout à fait plausible que les structures caractérielles forment des alliances avec des dimensions corporelles et sociales qui deviennent contre-productives, voire dangereuses. Les niveaux sont suffisamment indépendants entre eux pour engendrer des pratiques antagonistes⁵. Ainsi l'organisme peut créer le cancer, le nationalisme peut créer le fascisme, etc.

⁵ Ces thèmes sont notamment développés par Bourdieu dans son ouvrage sur Heidegger.

Dans un article aussi court, je ne peux pas tout développer. J'espère donc que le lecteur me pardonnera quelques métaphores faciles, mais admettra le but de la discussion. J'essaye en effet de rendre tangible une des grandes règles de Reich, qui me semble trop souvent oubliée aujourd'hui.

Lénine a essayé de changer la Russie en changeant les lois et les institutions. Il croyait possible un dialogue direct entre les besoins biologiques fondamentaux des individus et les réformes qu'il proposait. L'échec de Lénine enseigne à Reich que des réformes légales ne suffisent pas pour changer un peuple. Il faut aussi transformer le répertoire des structures caractérielles capables de vivre selon les lois proposées.

Parallèlement, dans son travail sur les caractères impulsifs, il apprend qu'on ne peut pas changer une structure caractérielle si le monde environnant ne permet pas d'accueillir les changements souhaités. Aujourd'hui, le métier d'assistant social a été créé pour négocier avec la société le système complexe de permissions sociales exigées par les besoins des prises en charges psychiatriques.

Reich aborde de façon particulièrement concrète cette problématique quand il prend en charge le mouvement des jeunes communistes. La plupart de ces adolescents débordent d'énergie, de questions et d'envies. Avec ces jeunes, Reich créé le mouvement de la révolution sexuelle pour répondre de façon coordonnée aux trois questions suivantes :

- Quels sont les besoins des jeunes ?
- Comment les jeunes peuvent-ils vivre leurs besoins de façon constructive ?
- Quelle société peut apprendre à **bien utiliser** les forces vives qui les animent ?

Bien que Reich ait baptisé son mouvement « révolution sexuelle », il donnait autant d'importance aux besoins sexuels qu'aux besoins créatifs, à l'amour qu'à la solidarité. Il s'agissait bien, pour lui, d'aborder la question cruciale de comment l'humanité allait prendre en main sa propre formation. Spinoza avait rédigé son *Ethique* pour cadrer le développement de la démocratie aux Pays-Bas du XVII^e siècle. Reich cherchait une théorie qui permettrait à l'homme du XX^e siècle de se forger un avenir plus humain.

VI : Les pratiques psycho-corporelles

« Et, du crâne à l'orteil, remplissez-moi, faites-moi déborder de la plus atroce cruauté ! Epaissez mon sang ; fermez en moi tout accès, tout passage à la pitié, qu'aucun retour compatissant de la nature n'ébranle ma volonté farouche... » Shakespeare : Macbeth, Acte I, scène V (traduction de Maurice Maeterlinck)

Ces dernières années Reich est surtout mentionné comme le fondateur des psychothérapies corporelles. De même que la pratique psychanalytique actuelle est assez éloignée de celle du Freud de 1890, peu de psychothérapeutes corporels savent comment Reich travaillait. Certains l'ont à peine lut. D'autres trouvent ses idées embarrassantes et préfèrent ne pas le mentionner.

Chaque champ de la psychothérapie se structure selon son histoire, et ne laisse à ses fondateurs qu'un rôle de caution respectable face aux autres corps sociaux. Généralement la rigueur remplace le génie.

Avant d'approfondir notre discussion des approches psychocorporelles, il serait bon de rappeler brièvement les 3 phases principales du travail de Reich : l'Analyse Caractérielle à Vienne et à Berlin, la Végétothérapie en Norvège, et l'Orgonothérapie aux États Unis d'Amérique.

VI.1 : L'Analyse Caractérielle

Encore psychanalyste, Reich inclut dans le système associatif du patient non seulement ce qui s'exprime à l'aide de mots, de silences, et d'atmosphères ; mais aussi ses gestes, ses habitudes, ses postures, sa façon de respirer, ses vocalises... Il développait et systématisait des propositions faites à cette époque par Ferenczi. Il met aussi en exergue certains schèmes corporels pour aider un patient à prendre conscience d'émotions refoulées, et pour trouver un premier maillon d'une structure caractérielle. Une fois la prise de conscience effectuée, le matériel mis à jour était exploré avec des techniques psychanalytiques classiques à cette époque.

Dans l'Analyse Caractérielle, le travail corporel est surtout utilisé pour **enrichir**

l'élaboration verbale couramment effectuée en psychanalyse.

VI.2 : La Végétothérapie

En 1933 Reich est aussi expulsé de l'Association Psychanalytique parce que politiquement trop compromettant. Comme Adler, Jung, Lacan et d'autres expulsés renommés de la psychanalyse, Reich se sent contraint à justifier son travail en fondant une nouvelle manière d'approcher la psyché. En l'occurrence, il développe la « végétothérapie », ou la thérapie des aspects végétatifs de la vie affective. Il reformule la pensée psychanalytique de l'époque, et propose que toute pathologie psychique influençant le système végétatif est forcément un système de défense qui vise le contrôle de la sexualité (la libido). Dans le langage de Reich la Végétothérapie essaye d'aider les organismes qui ont perdu leur capacité orgastique.

Reich n'utilise plus le corps comme pédagogie permettant d'ouvrir le système associatif psychique ; il cherche à atteindre les mécanismes par lesquels psyché et soma se coordonnent. En même temps, il utilise son étude des mécanismes de régulation végétatifs pour préciser quels sont les besoins pulsionnels et expressifs de l'organisme. Autrement dit Reich continue à chercher des lois scientifiques qui pourraient permettre aux individus à apprendre à se coordonner de façon plus fructueuse du point de vue non seulement social, mais de leur vie affective. L'Orgonothérapie

Pour Reich des années 1940, la meilleure approche thérapeutique de la psyché est toujours la psychanalyse freudienne. La Végétothérapie l'a mené ailleurs, vers les couches profondes de l'inconscient (en fait les mêmes couches que celles visées par Jung, mais abordées autrement). Ces couches inconscientes sont celles où se coordonnent les grands systèmes physiologiques. Ce serait à ce niveau qu'un organisme se sent vivre, se laisse vivre, aime vivre... et par conséquent sympathise avec la vie, avec tout ce qui vit. Si ce lieu ne peut pas être ressenti par une conscience, cette conscience devient aussi indifférente à ce qui vit autour d'elle. Coupée de sa source, une conscience devient insensible au respect de la santé de son corps, de la santé de la nature, de la santé de ceux que nous rencontrons. Ainsi Reich continue les thèmes abordés dans sa Psychologie De Masse Du Fascisme, et espère expliquer pourquoi et comment un individu peut devenir pollueur, guerrier, exploiteur, et sa propre destruction.

Travailler sur la connexion entre systèmes physiologiques, c'est par exemple travailler sur les rapports entre systèmes nerveux et la circulation sanguine, comme le

proposent les techniques de relaxation. Mais demander à quelqu'un quelles images et quels sentiments se forment dans son conscient quand il écoute son corps bouger et respirer, c'est aussi travailler sur la coordination du système nerveux avec d'autres systèmes physiologiques.

L'intégration psychologique de cette bio-logique de l'être n'intéresse Reich qu'accessoirement ; puisqu'il suppose qu'une psyché individuelle n'a pas les moyens d'intégrer une telle écoute de soi sans un support culturel adéquat. Vu l'état du monde après la seconde guerre mondiale, Reich ne croit pas qu'un tel travail puisse être accompli en une vie, au sein d'une pratique.

Le but de Reich est d'accroître la circulation énergétique dans l'organisme, en observant ce qu'un patient peut intégrer et vivre avec son entourage. Il arrive souvent un moment où l'ouverture engendrée par l'Orgonothérapie dépasse les capacités du patient et/ou de son milieu. Reich arrête alors le travail corporel, et se transforme en pédagogue. Il explique au patient où sont ses résistances, où sont les résistances de son milieu, et aide le patient à accepter que sa capacité d'aller mieux a des limites. Il montre aussi que ces limites ne peuvent être dépassées qu'historiquement, en amorçant un travail de longue haleine qui s'étend nécessairement sur plusieurs générations. Il conseille notamment au patient de lutter pour que se créent autour de lui les conditions nécessaires à une telle entreprise. Cette lutte est une œuvre collective, qui nécessite une action politique (voter pour des politiciens qui veulent le bien de l'humanité), et beaucoup de recherches (par exemple sur comment éduquer les enfants).

Ainsi Reich pense que la psychothérapie dure souvent un grand nombre d'années pour aboutir à des résultats relativement triviaux. Il préfère une approche qui intègre directement l'impact de la psychothérapie sur la dynamique sociale, et l'impact de la dynamique sociale sur la psychothérapie. C'est en considérant l'ensemble de cette boucle que l'on peut évaluer ce qui peut être vraiment effectué dans le cadre d'une relation psychothérapeutique. En gros, pour Reich, l'essentiel est de viser un renforcement du patient qui lui permet de lutter pour une amélioration de la société.

Secondairement Reich cherche à trouver des moyens d'actions orientés sur des symptômes qu'il s'agit de guérir. Pour lui, ses moyens d'actions ne peuvent être qu'énergétique... c'est-à-dire viser la zone où psyché et soma se régulent. Dans une certaine mesure, l'introduction de substances comme les antidépresseurs n'est pas contradictoire avec la vision globale de Reich.

VI.3 : Les psychothérapies corporelles des années 1990

Reich déclarait ne plus s'intéresser à la dimension de l'être étudié par les psychanalystes, mais il avait néanmoins reçu une solide formation dans le domaine. Freud lui avait même demandé de participer à la formation des psychanalystes à Vienne, à la fin des années 1920. Par contre ses élèves développent surtout l'aspect énergétique de l'Orgonothérapie, sans connaître la dimension psychanalytique. Le domaine forgé par les élèves de Reich s'éloigne de ce que nous avons tout à l'heure essayé de préciser en mentionnant Spinoza. Nous trouvons bien des niveaux parallèles et infinis qui traversent l'être (le psychique, l'énergétique, le corps, la physiologie, le spirituel, les sentiments, le cognitif, et tutti quanti...). Mais l'affect comme trace de pas dans la neige qui saupoudre l'âme, **l'affect comme liant primordial apporté par la Nature à tous ces niveaux...** voilà ce qui a disparu de l'ensemble du modèle. Une autre manière de dire la même chose, et qu'aujourd'hui ceux qui se proclament reichiens présentent une notion de l'orgasme qui redevient une machinerie périphérique, un tantrisme de plus, une mode, une technique...

VII : Conclusion

Il y aurait encore beaucoup à dire sur Reich. Même sur le vieux Reich que certains traitent de fou. À tous les moments de sa vie, Reich n'a pas distribué des conclusions mais des discussions. Il nous demande de sentir, d'observer, de réfléchir. La plupart de ceux qui citent encore Reich citent certaines conclusions, les jugent... et oublient l'approche. Or même à la fin de sa vie, Reich a développé des discours qui plongent leurs racines dans notre futur. Mais ceci est l'objet d'un autre article.

J'ai ici voulu montrer un exemple de discours Reichien, en ébauchant certains thèmes développés sur le rapport individu et société en psychothérapie. Pour me résumer, je partirais d'une question concrète : est-ce qu'un individu est capable de gérer les tâches quotidiennes seul ?

Comme presque n'importe qui, Reich répond : non. Mais son non est plus dense que beaucoup d'autres. Reich insiste : l'individu ne peut pas connaître ses besoins, ou ses pensées, sans l'aide des autres. Il n'a pas les moyens de trouver tout seuls

comment éduquer ses enfants, ou comment faire l'amour avec un autre être. Seule une collaboration étroite entre culture et individus permet d'affronter ce type de problèmes dignement⁶. Une psychothérapie peut permettre à un individu aliéné de retrouver un contact avec le support social dont il a besoin. Elle peut difficilement faire plus.

Comme beaucoup de génies, Reich a passé sa vie à chercher des compagnons avec qui développer l'œuvre qui l'animait. Et il ne trouve personne. C'était là un des douloureux paradoxes de sa recherche. Il sentait bien que malgré tous ses dons, il n'avait pas les moyens de devenir constructif seul. Reich avait besoin d'amis comme Niell, qui pouvaient l'aider à devenir ce qu'il y avait de meilleur en lui, et pas le pire. Nous avons tous besoins de tels amis.

Comprendre emphatiquement ces limites de l'être est un des thèmes centraux de ma propre recherche.

Ayant explicité l'intime nécessité que nous avons d'autrui, cet exposé a essayé de définir la fonction de la psychothérapie en la situant dans la boucle qui relie nos chaires à nos institutions. Il me semble utile, aujourd'hui, de rappeler la démonstration qui permit à Reich d'affirmer la chose suivante :

- On ne peut pas changer les lois d'une nation sans permettre aux citoyens d'assimiler ces lois.
- On ne peut pas proposer un mode de changement à un individu si le monde qui l'entoure n'est pas capable d'intégrer ces changements.

Autrement dit, une révolution ne peut devenir efficace que si l'on agit parallèlement au niveau des lois et au niveau des dynamiques caractérielles. Une des tragédies de la vie de Reich, c'est qu'il dû lire *Mein Kampf* d'Adolf Hitler pour découvrir cette vérité ; et qu'ensuite il précisa cette pensée en observant Staline saccager tout ce que l'on aurait pu espérer construire en se basant sur les praxis de Marx, Engels, et Lénine. Après la guerre, il retrouva une dynamique similaire dans les Etats-Unis des années 1950, où il mourut en prison avec la bénédiction du MacCartisme. Il demeura néanmoins convaincu jusqu'à la fin, que seule une collaboration entre écoles, familles, scientifiques, et politiciens nous permettra de générer une praxis constructive.

L'histoire se répète pourtant encore. En 1990 l'extrême droite demeure la seule force politique qui ose parler ouvertement de la nécessité de cadrer l'individu culturellement, et de la nécessité de solliciter les individus à devenir responsable de la culture qu'ils engendrent.

Cette constante association entre culture et extrême droite me choque

⁶ J'ai ressemblant développé ce thème dans l'article suivant : Heller, Michel Coster (2005). La sexualité en tant que penchant. Dans Marie-Claude Bourgy & Danièle Dreux-Boucard (eds.), *La sexualité*, pp. 35-64. *Adire*, 21.

profondément. Car culture, racines, filiations, traditions sont les sources de notre être. Comme pour l'écologie, je suis scandalisé que l'on permette à un parti politique de s'approprier ce qu'il y a de plus sacré sur cette planète. Ces forces nous concernent tous.

Pour Reich la psychothérapie devrait être un accident historique, qui devait réparer en moins d'un siècle les dégâts psychologiques engendrés par les cultures Européennes au XIX^e siècle

Vu sous cet angle, la psychothérapie répare une faille qui se creuse entre capacités individuelles (en crise), culturelles (stagnation), et économique (manique). Ce travail s'étale nécessairement sur plusieurs générations, et permettra – nous espérons – aux gens de voter pour de meilleures lois, de meilleurs styles de vie, et une meilleure manière de s'utiliser. Bref, si le programme de la psychothérapie Reichienne s'accomplit, il n'y aura bientôt plus de psychothérapies. Elle s'adresse moins au pauvre individu qui marine dix ans sur un divan qu'au futur de l'humanité. Quand au concept d'autorégulation, il désigne surtout notre capacité de nous réguler avec l'aide d'autrui.

Pour toutes ces pensées, et bien d'autres encore, je rends donc ici hommage à Wilhelm Reich, qui naquit à la fin du XIX^e siècle, quelque part entre l'Autriche et la Russie.

L'analyse de Reich est hautement constructive, mais il me semble qu'elle ne peut devenir viable que si l'on n'introduit pas une correction suggérée par Hanah Ardent : la fonction du politique est de gérer la diversité. Par sa formation de médecin Reich avait tendance à penser que tous les individus ont la même anatomie, la même physiologie, la même psyché, les mêmes besoins sociaux. Une telle vision est manifestement insuffisante. Je ne vois pas comment nous pourrions continuer les recherches de Reich sans y inclure les notions de complexité et de diversité.

VIII : Bibliographie

- Beebe, Beatrice; Knoblauch, Steven; Rustin, Judith & Sorter, Dorianne (2005). Forms of intersubjectivity in infant research and adult treatment. New York: Other Press.

- Bourdieu, Pierre (1988). L'ontologie politique de Martin Heidegger. Paris : Editions de Minuit.

- Jacobs, Theodore J. (2005). Discussion of Forms of intersubjectivity in infant research and adult treatment. Dans Beebe, Beatrice; Knoblauch, Steven; Rustin, Judith & Sorter, Dorienne (eds.). Forms of intersubjectivity in infant research and adult treatment, pp. 165-190. New York: Other Press.

- Kernberg, Otto (1984). Les troubles graves de la personnalité : stratégies psychothérapeutiques. Paris : Presses Universitaires de France.

- Schaub M. 1972 / 1979 : Spinoza ou une philosophie politique galiléenne. Dans Châtelet F. (ed.) 1979 : La philosophie, volume II. Belgique : Marabout.

- Spinoza, 1675 / 1954 : L'Ethique. Caillois R., Francès M., Misrahi (ed.) : Spinoza : Œuvres complètes. Paris : Gallimard.