

BERNARD MONTAUD

LASSE
PARLER
TON CORPS ...

Les fondements de la
psychanalyse corporelle

EYROLLES

Du nouveau dans la psychanalyse !

Voici la dernière-née des psychanalyses : la psychanalyse corporelle. Quand le corps et l'esprit réunis dévoilent avec une précision inouïe les archives de notre personnalité et ravivent notre gigantesque capacité à d'abord nous aimer nous-mêmes avant d'aimer les autres.

Après trente-huit années de recherche et d'expérimentation sur les lapsus corporels et plus de 50 000 séances, la psychanalyse corporelle est aujourd'hui devenue un nouveau courant de la psychanalyse.

Au-delà d'une technique d'investigation du subconscient clairement définie, de la découverte et de la compréhension des quatre traumatismes que nous traversons tous, cet ouvrage ouvre la porte d'une possible réconciliation durable avec notre passé pour instaurer un monde relationnel apaisé, sans victime ni bourreau, dans notre présent.

A travers le cas de Juliette – qui pourrait bien être chacun de nous – vous découvrirez les coulisses de la personnalité, les secrets des traumatismes et le choix qui est désormais offert pour vivre librement le présent dans notre vie quotidienne.



© ASSOCIATION ARTAS

Diplômé en 1973 de l'École de Kinésithérapie de Lyon, Bernard Montaud fonde en 1982 une technique d'investigation du subconscient qui est devenue la psychanalyse corporelle. Cette recherche va le conduire à recomprendre l'intériorité humaine et à fonder la psychologie nucléaire. Il dirige, dans le cadre de l'institut Français de Psychanalyse Corporelle, la formation des psychanalystes.

En 1983, il crée l'association Artas, un mouvement spirituel dans la lignée du Dialogue Inspiré transmis par Gitta Mallasz dont il a été le compagnon de route. Il n'a eu de cesse de perpétuer l'enseignement qu'il a reçu auprès d'elle et de développer la psychanalyse corporelle pour aider tous ceux qui cheminent dans la quête du meilleur d'eux-mêmes. Auteur de plus d'une quinzaine d'ouvrages qui témoignent de son expérience intérieure, il est un fervent défenseur de la vie spirituelle et de la foi sous toutes ses formes.

Laisse parler ton corps

Les fondements de
la psychanalyse corporelle

Groupe Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Cet ouvrage s'inscrit dans la collection dirigée
par Bernard Montaud, « Dialogue Inspiré ».

Site Internet consacré à la psychanalyse corporelle :
www.psychanalysecorporelle.org

Crédits des photographies 1 à 14 : Institut Français
de Psychanalyse Corporelle (IFPC)

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Groupe Eyrolles, 2018
ISBN : 978-2-212-56958-2

Bernard Montaud

Laisse parler ton corps

Les fondements de
la psychanalyse corporelle

EYROLLES

The logo for EYROLLES features the brand name in a bold, sans-serif font. Below the text is a horizontal line with a small grey circle centered underneath it.

Parcours de Bernard Montaud

Bernard Montaud naît le 16 février 1951 à Lons-le-Saunier dans le Jura. De santé fragile, il passe la plus grande partie de son enfance dans la solitude de sa chambre. Il est ainsi très tôt face à une certaine expérience intérieure et à une écoute du corps : le sien.

Ce rapport avec le corps malade le conduit tout naturellement à entamer des études de kinésithérapie.

Dans le même temps, fasciné par la relation d'ordre spirituel que son père entretient avec Jacques Lavier, il étudie le chinois ancien, l'hébreu ancien et les Textes sacrés orientaux.

Diplômé de l'École de kinésithérapie de Lyon en 1975, il ouvre un cabinet à Vienne, en Isère. Passionné par le corps et insatisfait des méthodes classiques, il se forme auprès de Françoise Mézières et sa méthode révolutionnaire à l'époque. Par la suite, il obtiendra aussi en Allemagne un diplôme de Heil Praticker.

En 1980, dans son cabinet de kinésithérapeute, il découvre chez ses patients l'existence de mouvements involontaires et conscients, qu'il appellera «lapsus corporels», et qui seront à l'origine de la

Psychanalyse Corporelle[®], une technique d'investigation du passé basée sur la mémoire du corps dont il est le fondateur.

Poursuivant sa quête intérieure, il crée en 1983 l'association Artas qui se définit comme une voie spirituelle dans l'ordinaire, quand spirituel veut dire « apprendre à passer du pire de soi au meilleur de soi ».

En 1985, sa rencontre avec Gitta Mallasz – auteur du livre *Dialogues avec l'ange* – va bouleverser sa vie. Comme il le dit lui-même, il a tout de suite su qu'il avait passé sa vie à la chercher ! Que toutes les rencontres qu'il avait faites auparavant l'avaient préparé à cette rencontre décisive. Il n'aura alors de cesse de suivre son enseignement, et de l'accompagner partout en organisant pour elle des conférences dans toute l'Europe. En 1988, suite à un accident de voiture, Gitta vient vivre auprès de Bernard Montaud et de son épouse. Elle y restera jusqu'à sa mort en 1992. C'est elle qui incitera Bernard à écrire son expérience. Ainsi paraît en 1990 son premier ouvrage *César l'éclaireur* (éditions Dervy), qui sera suivi de nombreux autres.

Le développement de la psychanalyse corporelle et sa propre expérience intérieure amènent Bernard Montaud à une tout autre compréhension du fonctionnement de l'intériorité humaine. Il crée ainsi la Psychologie Nucléaire, un ensemble de concepts qui permet de décrire l'intériorité de toute forme de vie, dont la nôtre, celle de l'homme. Mais qui donne aussi tout un éclairage sur l'évolution de la vie sur terre et dans l'univers.

La relation spirituelle profonde qui unit Bernard Montaud à Gitta Mallasz va bien évidemment l'influencer dans cette re-compréhension de la nature humaine et d'un certain Ordre des choses aussi bien

au-dedans qu'au-dehors. On peut dire que la Psychologie Nucléaire – ou psychologie du noyau de l'humain – est née de cette double influence psychanalytique et spirituelle.

Tout naturellement, cette autre lecture de l'intériorité humaine va devenir le principal enseignement dispensé dans l'association Artas qui s'inscrit ainsi dans la lignée du Dialogue Inspiré transmis par Gitta Mallasz.

En 2001, la synthèse de ses découvertes et de ses connaissances paraît sous le titre *La Psychologie Nucléaire – un accompagnement du Vivant*, aux éditions Édit'as.

La même année, il met en place une formation spécifique pour les psychanalystes corporels au sein de l'IFPC (Institut Français de Psychanalyse Corporelle). Il y retransmet à la fois sa technique et la dimension spirituelle qui lui est indissociable.

Convaincu que la solidarité est indispensable à une bonne évolution humaine, il crée en 2003 l'association humanitaire Reflexe-Partage, qui peut se définir comme « donner ses trop de façon juste à ceux qui n'ont pas assez ».

Entre-temps, afin de pouvoir répondre aux questions de ses nombreux lecteurs, une association Aidles se crée autour de lui et organise des week-ends réguliers dans toute la France où chacun peut venir le rencontrer et se faire accompagner par lui. Car il n'a de cesse de perpétuer l'enseignement qu'il a reçu et d'aider tous ceux qui cheminent dans la quête du meilleur de l'homme.

Son enseignement se répand, et de nombreux élèves qui ont choisi d'être accompagnés dans leur vie par lui découvrent leur

utilité spécifique – leur Tâche, dirait Gitta Mallasz. Ainsi naissent Médecine des Actes, 4 Saisons-Marche, un accompagnement des malades et des mourants, l'association Les Amis de Gitta Mallasz, etc., qui sont des applications de la Psychologie Nucléaire adaptées à un secteur d'aide particulier.

Peu à peu, Bernard Montaud confie l'association Artas à ses plus proches collaborateurs, afin que ceux-ci grandissent à travers sa gestion, et pour que lui puisse se consacrer à l'écriture et à l'approfondissement de son enseignement.

En juin 2006, sous le parrainage de Xavier Emmanuelli et de Michel Jonasz, au milieu de huit cents personnes, il inaugure le Centre des Amis de Gitta Mallasz, dans l'Indre, en présence de personnalités politiques, spirituelles et artistiques.

Dans ce Centre, qui accueille les activités des associations spirituelles issues de son enseignement et de celui de Gitta Mallasz, il accompagne dans des « Séjours Bilan de vie » et des « Séjours Retraite » tous ceux qui désirent le rencontrer, côtoyer son enseignement et expérimenter une autre façon de vivre qui ré-enchant le quotidien.

En 2014, il fonde les « Maisons de partage de haut en bas », comme une réponse possible aux difficultés économiques et sociales à venir. En 2016, il crée avec quelques collaborateurs une ONG, le RAIS (Réseau d'Aides et d'Initiatives Solidaires) pour venir en aide aux demandeurs d'asile.

Il sera également invité lors de grandes manifestations visant au rapprochement des différentes formes de foi, au « bien vivre ensemble »,

comme à l'Unesco le 29 septembre 2015 lors du colloque international Soufi ou au Grand Rex à Paris le 1^{er} novembre 2015 pour les 24 heures de méditation pour la terre.

Auteur de plus d'une quinzaine d'ouvrages qui témoignent de son expérience intérieure et de la relation Maître-élève qui lui est chère, il est aujourd'hui un fervent défenseur de la vie spirituelle et de la foi sous toutes ses formes. Il s'y consacre désormais.

Ouvrages de Bernard Montaud

Éditions Dervy

César l'éclaireur, 1990

Quand l'ange s'en mêle, 1990 (avec Patricia Montaud)

La vie et la mort de Gitta Mallasz, 2001 (avec Patricia Montaud et Lydia Muller)

Éditions Albin Michel

Le testament de l'ange, 1993

Éditions Dervy – Édit'as

César l'enchanteur, 1995

Éditions Édit'as – www.editas.fr

L'accompagnement de la naissance, 1997

Le Nours, 1998

Il était une Foi..., 2000

La Psychologie Nucléaire – un accompagnement du Vivant, 2001 (et coll.)

La cinquantaine rugissante, 2004

Dialoguer avec son ange, une voie spirituelle occidentale, 2007 (avec Patricia Montaud)

Béni soit la crise de l'Occident – une analyse spirituelle de la crise, 2009

Ni bourreau ni victime, 2009 (écrit en collaboration avec 12 psychanalystes corporels)

César et le Maître des hirondelles, 2010

César et le Magicien d'hommes, 2010

Éditions Québec-Livres

La première paix mondiale – un itinéraire vers la conscience, 2015 (avec Christophe Roux-Dufort)

Sommaire

Introduction	1
Chapitre 1 – Ni bourreau, ni victime	9
Chapitre 2 – Les années d'exploration du groupe de Vienne (France)	19
1980/1982 – Le premier coup de chance : l'accident ostéopathique.....	20
1983 – Le second coup de chance : le changement de clientèle...	23
1984 – Le troisième coup de chance : mademoiselle Agnès part en Inde	25
1985 – La rencontre qui nous ouvre les yeux.....	28
1986/1987 – L'incroyable importance du détail concret !.....	32
1988/1989 – Le passage du revécu courageux au revécu héroïque.....	35
1990/1992 – Une étrange douche d'amour !	38
1993/1999 – Les années d'expérimentation.....	42
2000/2005 – La première promotion de psychanalystes corporels.....	44
2005/2013 – L'ouverture dans les écoles de kinésithérapie et les courants psychanalytiques.....	45
2013/et après... : Les années de crise	49

Chapitre 3 – Notion de traumatisme	55
Notion de traumatisme	57
Les six principes du traumatisme	59
Chapitre 4 – Les huit niveaux de lapsus corporels et les huit couches de mémoire	79
Le premier niveau de lapsus corporel : les sursauts conscients et involontaires	82
Le deuxième niveau de lapsus : les mouvements généraux	87
Le troisième niveau de lapsus : les mouvements orientés	90
Le quatrième niveau de lapsus : les mouvements précis	94
Le cinquième niveau de lapsus : les mouvements concrets	98
Le sixième niveau de lapsus : les mouvements concrets saturés	104
Le septième niveau de lapsus : les mouvements paroxysmiques	109
Le huitième niveau de lapsus : les mouvements sacrés	115
Chapitre 5 – Techniques de stimulation des lapsus corporels	123
Techniques de stimulation des lapsus de niveau 1 et de niveau 2 ...	127
Techniques de stimulation des lapsus de niveau 3 et de niveau 4 ...	135
Techniques de stimulation des lapsus de niveau 5 et de niveau 6 ...	144
Les techniques de stimulation des lapsus de niveau 7	152
Chapitre 6 – Déroulement d’une psychanalyse corporelle ...	159
L’entretien préalable	163
La notion de session	168
Le déroulement d’une session de psychanalyse corporelle	172
La relation psychanalyste-analysé	179
La nécessité d’un suivi entre les sessions – l’entretien de fin de session et les entretiens intermédiaires	180

SOMMAIRE

Chapitre 7 – Le cas de Juliette A.	185
Juliette A.	186
Vers une biologie de la psyché	199
L'accompagnement du Vivant : seconde partie de la psychanalyse corporelle	211
Conclusion	225
Bibliographie.....	237
Table des illustrations.....	239

Introduction

Inventer une nouvelle forme de psychanalyse ! Ce n'est quand même pas banal dans une existence, vous en conviendrez ! Surtout quand on a passé sa vie à s'occuper du corps, comme c'est mon cas. Et que l'on n'a pas du tout reçu de formation en matière de psychologie, ni même de psychanalyse. Non, vraiment, rien ne me prédestinait à fonder un courant de la psychanalyse, une nouvelle forme de psychanalyse, dans les années 1980... c'est-à-dire à la fin du siècle dernier, il y a très très longtemps !

Mais pour comprendre cet incroyable concours de circonstances, il faut remonter quelques dizaines d'années plus tôt. J'ai été un enfant souvent malade, régulièrement malade, pendant les quinze premières années de ma vie. Sans doute, comme je le découvrirai plus tard dans ma propre psychanalyse corporelle, j'ai été malade pour redevenir important aux yeux de ma maman. Alors j'ai toussé toutes les nuits, durant toute mon enfance, pour qu'elle se lève et vienne me soigner, pour qu'elle s'occupe enfin de ce petit garçon qui se sentait si mal aimé. Évidemment, dans de telles conditions, le corps reste chétif et la santé fragile. Évidemment, le corps n'est qu'une source de problèmes qui incarnent et qui hurlent à merveille

la terrible solitude d'un petit garçon. Évidemment, ce corps malade va devenir très vite une obsession naturelle, tant on le guette en permanence, tant on épie ses moindres signes pour préserver sa bonne santé durant les prochaines semaines.

Alors, comme par miracle, c'est d'abord le rugby qui va me sauver des eaux de la noyade ! Courir, se plaquer, parfois se battre, jouer dans la boue, jouer sous la pluie comme sous le soleil, transpirer et se blesser... bref, une histoire d'hommes avec un grand H, une histoire de mecs ! C'est comme si le rugby m'avait soudain sauvé d'une fragilité chronique et d'une asthénie invincible. Comme si ce sport magnifique m'avait redonné le droit d'être vraiment quelqu'un, avec des copains, avec des entraîneurs, avec de la compétition. Alors mon corps a pu reprendre vie, reprendre du souffle, être important d'une tout autre façon que par la maladie. Et aussi incroyable que cela puisse paraître, mon corps a repris confiance, mon corps a beaucoup aimé, mon corps est redevenu mon ami !

La fin du rugby me permit ensuite de suivre des études de kinésithérapie. C'est-à-dire d'avoir un métier tourné vers les problèmes du corps, vers les souffrances articulaires et vertébrales. Quelle magnifique logique, pour un ancien petit garçon déjà quelque peu spécialiste de son propre corps malade ! Et c'est en 1975 que, devenu kinésithérapeute diplômé, je me suis alors installé à Vienne, en Isère, pour ouvrir mon cabinet. Mais insatisfait des méthodes classiques, j'ai très vite cherché ailleurs comment exercer autrement ce magnifique métier.

Et c'est là qu'une seconde chance me fut offerte, après celle du rugby : la découverte de la méthode Mézières, tellement révolutionnaire à

l'époque. Mais qu'est-ce donc que cette fameuse méthode Mézières, portant le nom de son auteur, sinon une première vision globale du corps, une perception plus globale de la rééducation cherchant à rééquilibrer non plus seulement une partie malade du corps mais le corps tout entier dans son ensemble ! La méthode Mézières était alors une petite révolution dans toute la kinésithérapie, comme si une vision générale venait soudain compléter une perception plus locale de toutes les maladies. Désormais, pour soigner un mal de dos, on allait devoir s'occuper des genoux et des pieds, tout autant que de la nuque et des épaules, et non pas se cantonner au traitement de la seule partie lombaire. Ainsi donc, le corps, toujours le corps, revenait dans ma vie par la grande porte ! Et le souci du corps à soigner d'une autre façon, le souci de voir le corps de plus haut pour mieux le comprendre, commençait à remplir mes yeux. Comme tout cela est seulement logique quand on considère le petit garçon malade que j'ai été dès le début ! Comment pouvais-je ne pas être obsédé par une vision plus haute du corps ?

Et puis, quelle chance j'ai eu de pouvoir côtoyer Françoise Mézières presque tous les mois pendant cinq ans ! C'était une grande dame, aussi érudite que géniale en matière de soin, mais pourvue d'un caractère de cochon qui la rendait parfois assez insupportable. Ah, c'est sûr, Françoise Mézières, c'était une vraie emmerdeuse, mais tellement pertinente à propos des mystères du corps que j'en fus presque amoureux même avec ses quatre-vingts ans si turbulents. Passée ma formation initiale auprès d'elle et de son assistant Philippe Souchard, j'ai pu pendant des années revenir presque chaque mois manger avec elle, travailler avec elle dans sa petite maison du Gers,

et parfois aller au restaurant pour vivre toutes les aventures que sa mauvaise humeur toujours à fleur de peau ne manquait pas de produire. Ainsi ai-je pu la questionner sans cesse sur cet autre regard porté sur les corps, pour en saisir tous les secrets.

Je ne le savais pas encore, mais ma formation de futur psychanalyste corporel avait déjà commencé, tant elle éleva mes yeux un peu plus haut pour percevoir désormais combien tous les corps parlent à « ceux qui voient... un peu » !

Vers la fin des années 70, c'est sans doute le manque du rugby qui m'envoya dans les arts martiaux. Comme s'il me fallait désormais vérifier sans cesse combien mon corps était en bonne santé. Comme s'il était nécessaire – quand on se croit faible et fragile depuis l'enfance – de libérer son présent des tentations d'imitation de son passé ! Alors l'Aïkido entra dans ma vie... en quelque sorte le rugby continuait, d'une autre façon. De plus, c'était mon ami André Cognard qui animait toutes les séances ! Mais ce que je n'avais pas vu venir, c'est combien avec les arts martiaux surgissait une toute nouvelle dimension des choses : je n'avais plus affaire au corps sportif, au corps de chair, mais soudain il s'agissait aussi du corps spirituel, du corps de foi ! Car chuter au rugby sur un plaquage, cela n'a strictement rien à voir avec une chute en Aïkido. Car le corps au rugby, c'est de la conquête de bonne santé physique, alors que le corps en Aïkido, c'est de la conquête de bonne santé spirituelle.

C'était bien le corps, toujours le corps, qui me poursuivait, mais ce n'était plus le même corps ! Car il était devenu le corps de connaissance de soi, le corps invitant à la reconnaissance d'un passé

qui empoisonne le présent, le corps lieu de réconciliation avec soi-même. Avec cet épisode, sans aucun doute, c'est toute la dimension spirituelle qui faisait son irruption dans ma vie. Et j'allais alors faire deux rencontres magiques qui m'invitèrent tant à continuer ma quête.

D'abord ce fut avec Josette Martel, compagne à l'époque de Arnaud Desjardins, et qui pendant des années nous fit vivre d'incroyables séances corporelles quand brusquement la chair nous parle à l'oreille de nos plus intimes secrets. C'était une magicienne capable de nous faire vivre des rencontres fulgurantes avec nos limites physiques, des rencontres si parlantes que soudain c'était toute notre histoire qui nous sautait à la figure.

Et puis, bien sûr, ce fut ma rencontre incroyable avec Gitta Mallasz, cette si grande dame qui allait changer toute ma vie par la suite en accompagnant si patiemment mes pas. C'est inracontable, mais figurez-vous que quand je l'ai rencontrée, j'ai tout de suite su que j'avais passé toute ma vie à la chercher ! Tout de suite su que je ne la quitterais plus ! Et quel amour ce fut... un amour bien sûr spirituel, mais un amour furieux, m'accomplissant toujours plus dans le corps, avec le corps, par le corps !

C'est elle qui m'envola un jour en me lançant à la terrasse d'un café : « Dis donc, mon vieux, je sais que tu vois les corps, mais qu'est-ce que tu en fais de ce don dans ta vie ? Gaspiller un don, c'est presque un blasphème ! »

Dans ces années-là, nous avons commencé à travailler sur les corps avec mon ami André Cognard. Nous avons déjà découvert ces

étranges sursauts du corps qui se manifestent quand on le stimule d'une certaine façon. Nous étions fascinés par ce corps soudain si sauvage qui tout à fait consciemment était capable de réveiller une vraie sincérité de violence. Au fond, c'était un peu comme un hoquet à la fois conscient et incontrôlable, comme un lapsus à la fois totalement incarné et totalement automatique. Mais nous étions encore bien loin de penser aux lapsus possibles du corps, de formuler l'idée de «lapsus corporels» comme il existe des lapsus verbaux dans la forme orale de la psychanalyse. À cette époque, nous faisons presque chaque jour des séances sur nous-mêmes et sur quelques amis qui venaient nous rejoindre le soir dans mon cabinet. À cette époque, nous cherchions tous azimuts comment réveiller et comment entretenir ces curieuses manifestations corporelles. Mais quelle mouche nous avait piqués pour que nous soyons à ce point fascinés par toutes ces réactions du corps ?

C'est en passant par l'ostéopathie, en commençant une formation à l'école Atman de Marc Bozetto, près de Saint Paul de Vence, que j'ai pu apercevoir quelques éléments de réponse. Quel homme, lui aussi ! C'était une sorte de dandy mondain capable de sentir la souffrance des corps seulement avec le bout de ses doigts. C'était un artiste, une sorte de pianiste génial, avec le corps humain en guise de piano ! C'était un funambule de la pulpe des doigts capable d'interpeller tous les tissus pour qu'ils lui racontent leurs blessures profondes. Alors, vous imaginez combien l'artiste m'a captivé ! Fort de quelques conseils précis qui m'ouvraient tellement les yeux, je revenais à mon cabinet pour explorer encore et encore de nouvelles pistes avec mon ami André.

Notre problème était toujours le même : comment faire pour que les petits sursauts du corps deviennent des furieux sursauts de sincérité de la chair? Comment faire pour encore mieux les stimuler? Comment faire pour contrôler toutes ces séances? Et peu à peu, nous avons trouvé des solutions. Peu à peu, nous avons pris le contrôle de la situation. Peu à peu, à force de tout essayer, les corps ont commencé sous nos yeux à raconter des épisodes de l'histoire de chacun. Et tandis que mon ami André en faisait une technique d'exploration du présent, affiliée à son Aïkido – technique qu'il appela Aïki-Taïso – j'en fis pour ma part une technique d'investigation du passé complétant l'enseignement spirituel que je recevais de Gitta Mallasz. Et chacun continua sa route de son côté en développant son propre point de vue.

Je ne le savais pas encore, mais j'étais en train de fonder la psychanalyse corporelle quand, en 1984, les premières personnes commencèrent à retrouver des souvenirs précis de leur enfance en revivant avec le corps des situations de leur passé. Incroyable mémoire de la chair ! Comme si notre partie la plus animale se souvenait soudain de tout ce qui lui est arrivé ! Incroyable mémoire du corps capable de revivre dans une précision inouïe, et jusque dans les moindres détails, des situations complètement oubliées. Vous ne pouvez pas imaginer mon étonnement au fur et à mesure que je découvrais la précision de cette technique. Et des années plus tard, quand des psychanalystes freudiens et jungiens vinrent suivre à leur tour une psychanalyse corporelle, quel ne fut pas mon étonnement d'apprendre qu'ils étaient très impressionnés par la précision de ce revécu du passé. Quand on consacre toute sa vie à une activité, il

est bien naturel que peu à peu on établisse une certaine expertise augmentant sans cesse l'efficacité de la technique. Et c'est précisément ce qui est arrivé !

Au fil du temps, c'est bien le corps qui a été le fil rouge de toute cette histoire, le fil rouge de toute ma vie ! Le corps du rugby, le corps de la kinésithérapie, le corps de l'ostéopathie, le corps des arts martiaux, le corps du yoga avec Josette Martel, le corps de la méditation (avec, dans toute la France, les groupes d'Assise immobile de l'association Artas que je vais fonder dès 1983) et pour finir le corps de la psychanalyse corporelle. Le corps, toujours le corps, comme unique moyen pour explorer la nature humaine et tous ses fonctionnements.

Quand la psychanalyse corporelle découvre l'existence de quatre traumatismes fondateurs de notre personnalité, quand elle découvre la nature particulière de chaque traumatisme, quand elle met en place un revécu si puissant qu'il conduit à une profonde réconciliation bourreau-victime de tout notre passé, quand elle met à jour les huit couches d'une immersion par le corps dans le subconscient, quand elle affirme que cette connaissance du passé est indissociable d'un vrai travail sur le présent, elle se questionne elle-même en même temps qu'elle interpelle tous les autres courants de la psychanalyse. Voilà bien l'incroyable chemin parcouru par cette psychanalyse corporelle que je vais essayer de vous faire découvrir dans cet ouvrage. Voilà bien l'aventure fabuleuse que m'a fait vivre cette psychanalyse corporelle durant toute ma vie !

Ni bourreau, ni victime

Voilà, ça y est, ça recommence ! Gilles voit son papa entrer en furie, il va le frapper, encore le frapper, le rouer de coups... Il est devenu fou ! « C'est pourtant une toute petite bêtise que j'ai faite ! » murmure-t-il dans l'instant de partage qui suit sa séance de psychanalyse corporelle. « J'ai seulement fait tomber la lampe de chevet ! » Déjà, au premier coup, le petit garçon d'à peine trois ans se retrouve par terre sur le tapis bleu. Il protège sa tête avec ses petits bras, il se recroqueville, la peur au ventre ! Mais il tape, ce papa, et il tape encore, en hurlant des insultes, les yeux hagards... Ah, ses yeux ! ils font si peur, ses yeux, vous savez... Ce sont des yeux qui tuent ! Gilles voit voler en éclat tous ses jouets, la voiture de pompier cassée, envoyée sous l'armoire, et le petit train en bois et les legos écrasés sous des pieds vengeurs. De nouveau les coups, plus forts, plus précis... des coups pour faire bien mal, cette fois ! Et maintenant maman qui hurle depuis la cuisine... « Corrige-le, ce petit con ! Corrige-le ! » Oh, mon Dieu, comme il est seul au monde, ce

petit garçon, tout seul devant cette force bestiale, tout seul devant le tribunal des grands !

Cela fait déjà plusieurs séances de psychanalyse corporelle que Gilles se retrouve dans cette chambre de son passé et que, séance après séance, il voit réapparaître un à un tous les évènements de cette soirée. Et voilà, aujourd'hui il a presque tout revu : le repas qui précédait, la radio qui hurlait, son envie de vomir les épinards et le caprice qui a suivi, et puis soudain la fuite dans sa chambre, privé de dessert, la lampe qui tombe... un peu par vengeance, un peu par inadvertance, un peu pour que l'on s'occupe de lui, quand même !

À force d'en parler, Gilles le voit nettement maintenant : il l'a cassée, cette lampe, elle n'est pas tombée ! Mon Dieu, quelle misère, il le sait très bien que cela va rendre fou furieux son père. Mais au moins il viendra, et même si c'est pour le frapper, le frapper comme une bête... c'est toujours mieux que d'être ignoré ! Soudain Gilles vacille en laissant venir les mots qui parlent de sa séance. Soudain il voit en toute clarté combien, les dents serrées, il a cassé cette lampe d'un revers de main vengeur, à cause du dessert dont il fut privé. Il voit un tout petit bonhomme que personne ne regarde jamais, un tout petit bonhomme tellement perdu, tellement assoiffé d'amour qu'au moins avec les coups, au moins avec la haine, il redevient important aux yeux de ses parents ! Oh, mon Dieu, comme il le voit, ce pauvre petit garçon, la tête rentrée dans les épaules, et qui attend déjà la raclée.

Gilles pleure maintenant, et de nouveau, comme il y a quarante ans, il se protège la tête sous les coups qui redoublent. De nouveau il roule sur le côté, revivant complètement la scène de son enfance.