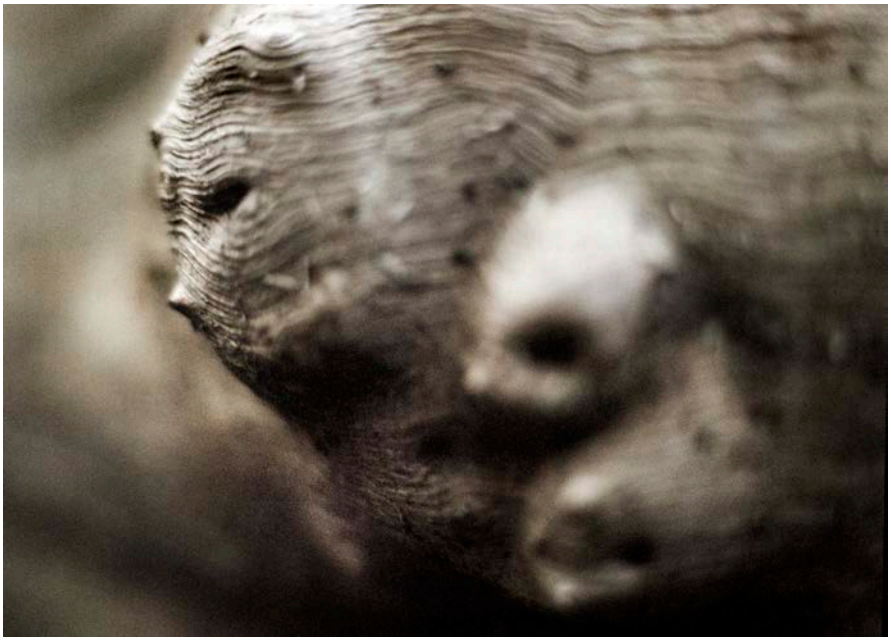
VIVRE ET DIRE L'INDICIBLE

Rationalisations discursives d'expériences « liminales » de praticien.ne.s d'hypnose, de néo-chamanisme et d'imagination active jungienne en Suisse romande

Vol. I



http://danslaforet.ch : photographie et chamanisme

Thèse présentée par **Elodie Richardet**
Pour l'obtention du titre de Docteure en Sciences humaines et sociales
À l'Institut d'ethnologie, Faculté des lettres et sciences humaines
Université de Neuchâtel
Le 21 juin 2021

Sous la direction du Professeur Christian Ghasarian

Jury :

M. Eric Bonvin, Hôpital du Valais, Professeur titulaire, Faculté de biologie et médecine de l'Université de Lausanne

Mme Isabelle Celestin, Psychologue, Psychothérapeute, Directrice de l'IFPPC, Institut français des pratiques Psychocorporelles, Paris

M. Christian Ghasarian, Professeur titulaire, Faculté des lettre et sciences humaines de l'Université de Neuchâtel

M. Michael Houseman, EPHE (Paris), Directeur d'études, Ecole pratique des hautes études, Paris

Mme Nancy Midol, Université de Nice Sophia Antipolis, Chercheur associé au LAPCOS (habilitation à diriger les recherches), Université Côte d'Azur

UNIVERSITÉ DE
NEUCHÂTEL

Faculté des Lettres et Sciences Humaines
Espace Tilo-Frey 1
CH - 2000 Neuchâtel
Tél : +41 (0)32 718 17 00
Fax : +41 (0)32 718 17 71
secretariat.lettres@unine.ch

IMPRIMATUR

La Faculté des lettres et sciences humaines de l'Université de Neuchâtel, sur les rapports de M. Christian Ghasarian, directeur de thèse, professeur, Université de Neuchâtel ; M. Eric Bonvin, Hôpital du Valais, Professeur titulaire, Faculté de biologie et médecine de l'Université de Lausanne ; Mme Isabelle Celestin, Psychologue, Psychothérapeute, Directrice de l'IFPPC, Institut français des pratiques Psychocorporelles, Paris ; M. Michael Houseman, EPHE (Paris), Directeur d'études, Ecole pratique des hautes études, Paris ; Mme Nancy Midol, Université de Nice Sophia Antipolis, Chercheur associé au LAPCOS (habilitation à diriger les recherches), Université Côte d'Azur autorise l'impression de la thèse présentée par Mme Elodie Richardet en laissant à l'autrice la responsabilité des opinions énoncées.

Neuchâtel, le 21 mai 2021

Le doyen
Pierre Alain Mariaux

Résumé

Depuis les années 1970, en Europe de l'Ouest et en Amérique du Nord, un nombre croissant de personnes s'investissent dans des thérapies et spiritualités alternatives. Dans ma thèse, je compare l'hypnose, le néo-chamanisme et l'imagination active jungienne autour d'une pratique commune : le recours aux images (qu'elles soient visuelles, kinesthésiques, auditives, etc.). J'ai effectué trois longs entretiens (en trois temps et sur différentes thématiques) avec vingt-quatre thérapeutes considéré.e.s par leurs pair.e.s comme des expert.e.s dans la pratique qu'ils/elles enseignent en Suisse romande. Chaque entretien a porté sur une thématique différente : dans le premier chaque expert.e était invité.e à faire part d'une image personnelle « visualisée en état de conscience modifié », le second était consacré à la trajectoire de vie de chacun.e, le troisième portait sur la place des « images » dans les processus thérapeutiques.

Cette recherche porte sur la quête qui inspire les personnes investies dans ces thérapies et spiritualités dites « alternatives » ainsi que l'impact de ces pratiques dans leur vie. Quels sont les bénéfices qu'ils/elles en retirent ? En quoi les témoignages des acteur/rice.s de ces pratiques est-il instructif, ou non, par rapport aux valeurs sociales et culturelles qui sous-tendent les modes de vie en vigueur dans les sociétés auxquelles appartiennent ces acteur/rice.s ? Dans quelle mesure les apprentissages qu'ils/elles font dans ces pratiques peuvent éventuellement être révélateurs des lacunes de notre culture ?

Je me suis particulièrement intéressée aux socialisations que proposent les thérapies et spiritualités alternatives. Au terme de cette étude, je fais l'hypothèse que les thérapies et spiritualité alternatives envisagées sont un lieu d'apprentissage de la liminalité, soit la capacité de se situer à l'intersection de plusieurs constructions sociales de la réalité, d'introduire du jeu entre les différentes versions de soi possible. La perspective anthropologique m'a permis de questionner les valeurs socioculturelles qui sous-tendent les analyses socio-psychologique classiques de ces pratiques alternatives, fondées, notamment, sur l'opposition du principe de la seule réalité objective au principe de plaisir. L'analyse et l'interprétation anthropologique des récits des praticien.ne.s recontré.es m'a permis d'envisager le rôle clé de l'image dans une compréhension renouvelée de l' « efficacité symbolique » que l'on trouve au cœur de ces pratiques, comme découlant de l'apprentissage de la liminalité.

Summary

Since the 1970s, in Western Europe and North America, an increasing number of people have become involved in alternative therapies and spiritualities. In my thesis, I compare hypnosis, neo-shamanism and active Jungian imagination around a common practice: the use of images (whether visual, kinesthetic, auditory, etc.). I carried out three long interviews (in three stages and on different themes) with twenty-four therapists considered by their peers as experts in their practice in French-speaking Switzerland. Each interview focused on a different theme: in the first interview, each therapist was invited to share a personal image "visualized in a modified state of consciousness", the second interview was devoted to each person's life trajectory. The third concerned the place of “images” in therapeutic processes.

This research focuses on the quest that inspires people invested in these so-called "alternative" therapies and spiritualities as well as the impact of these practices on their lives. What are the benefits for them? How are the testimonies of the actors of these practices instructive, or not, in relation to the social and cultural values that underlie the lifestyles of the societies to which these actors belong? To what extent can the learning they do in these practices possibly reveal the shortcomings of our culture?

I was particularly interested in the socializations offered by alternative therapies and spiritualities. At the end of this study, I make the hypothesis that the alternative therapies and spiritualities considered are a place to get acquinted with liminality, that is to say the capacity to be located at the intersection of several social constructions of reality, the possibility to introduce a permeability between the different versions of oneself. The anthropological perspective has allowed me to question the socio-cultural values that underlie the classic socio-psychological analyzes of these alternative practices, founded, in particular, on the opposition of the reality principle to the principle of pleasure. The anthropological analysis and interpretation of the practitioners' accounts allowed me to consider the key role of the image in a renewed understanding of the "symbolic efficacy " found at the core of these practices, as a consequence from learning liminality.

Mots-clés : Anthropologie du rite, rituels, liminalité, efficacité symbolique, hypnose, chamanisme, analyse jungienne, imagination, symboles, métaphores, visions, images, biologie des images, thérapie alternative, spiritualité alternative, perceptions, réflexivité, condensation rituelle, paradoxe, conflits, résonance

Keywords : Anthropology of the rite, rituals, liminality, symbolic healing, hypnosis, shamanism, Jungian analysis, imagination, symbols, metaphors, visions, images, alternative therapy, alternative spirituality, perceptions, reflexivity, ritual condensation, paradox, conflicts, resonance.

A ma mère et à toute cette lignée de femmes intelligentes qui n'ont pas poursuivi leurs études. A ma grand-mère qui rêvait d'être ethnologue en rédigeant son journal au Congo et qui à défaut de l'être peignait des images.

A mon père qui a toujours su me montrer que la vie ne se trouvait par dans les livres mais dans la richesse des perceptions, dans la magie de l'intuition.

A Tifaine, Isaac et Noé

A Renaud

RÉSUMÉ **5**

REMERCIEMENTS **15**

INTRODUCTION **17**

1. SUJET ET MÉTHODE **25**

1.1 Les pratiques **25**
1.1.1 Hypnose ericksonienne : François Roustang, Teresa Roblès et Stephen Gilligan 25
1.1.2 Néo-chamanisme : Michael Harner et le *Core Shamanism* 28
1.1.3 Analyse jungienne : James Hillman, Dora Kalff, Laura Sheleen 30
1.1.4 Les images 37
1.1.5 Le contexte privilégié 39

1.2 Les praticien.ne.s **40**
1.2.1 Patient.e.s et thérapeute.s 40
1.2.2 Mes interlocuteur/rice.s 41
1.2.3 Des acteur/rice.s réflexif/ve.s 42
1.2.4 Trajectoire de vie 44
1.2.5 Un réseau d'acteur/rice.s 51

1.3 Méthode **54**
1.3.1 Les entretiens 54
1.3.2 Ethnographe « Insider » 55
1.3.3 Une ethnographie des récits 59
1.3.4 Analyse de récits 59

2. RATIONALISATIONS THÉRAPEUTIQUES D'EXPÉRIENCE INDICIBLE **61**

2.1 *L'attention aux perceptions* **62**
2.1.1 *Attention aux perceptions* et descriptions détaillées 63
2.1.2 *Attention aux perceptions* élargie au contexte 64
2.1.3 Communication axée sur les perceptions 69
2.1.4 L'attention dynamique au processus évolutif 71
2.1.5 L'accompagnement du/de la thérapeute 77

2.2 Une expérience « liminale » **83**
2.2.1 Etre *relié.e.s, branché.e.s différemment* 84
2.2.2 *Retrouvailles* avec un *état d'origine* 88
2.2.3 *Un espace sans parole, sans pensée*, sans *identité* figée, un *démembrement* 91
2.2.4 Expériences spontanées 96
2.2.5 Expériences initiatiques 104

2.3 Un double positionnement psychique **108**
2.3.1 Dissociation 108
2.3.2 Les pôles de la *dialectique* 111
2.3.3 La *dialectique* 115
2.3.4 Définition de *l'intention* 116
2.3.5 Un contexte, une orientation positive 118
2.3.6 *L'intention* plus grande que les objectifs conscients 121
2.3.7 La *dialectique* patient.e – thérapeute 127

2.4 *Un espace symbolique, transitionnel* **132**
2.4.1 Un espace-temps *non ordinaire* 132
2.4.2 Des limites claires, un *contenant* pour que *ça se passe* 134
2.4.3 Un *espace symbolique, transitionnel, psychoïde* 139
2.4.4 Un espace pour jouer ses images plutôt que *d'être joué par* les images 140
2.4.5 La *Safe Place*, un *espace symbolique* et liminal 147

2.5 *Accueillir le paradoxe*, *porter le conflit* **152**
2.5.1 Une *polyphonie* plutôt qu'une identité 152
2.5.2 *Accueillir* plutôt que d'*inhiber* 155
2.5.3 Du *monothéisme* au *polythéisme* de l'*âme* 159
2.5.4 Du *totalitarisme* à la démocratie psychique 162
2.5.5 Relation *guérisseur/euse – blessé.e* 165

2.6 Le recours au *tiers* **173**
2.6.1 Le *tiers* comme part de soi 174
2.6.2 Un *tiers* extérieur à soi 176
2.6.3 La relation est le *tiers* 178
2.6.4 Les images, les symboles, les métaphores comme *tiers* 181
2.6.5 Le statut du *tiers* 185

2.7 Relations aux *tiers* **191**
2.7.1 *Psychopompes* 191
2.7.2 Des *tiers* protecteurs 195
2.7.3 Ne faire qu'un avec le *tiers* 198
2.7.4 Une relation intime, sensuelle 202
2.7.5 Une communication non verbale 205
2.7.6 Le *tiers* comme guide thérapeutique 207
2.7.7 Recours au *tiers* dans le quotidien 210

2.8 Un processus créateur **214**
2.8.1 *Ça se fait* 214
2.8.2 Une *surprise*, un *cadeau* 216
2.8.3 Le *symbole* 220
2.8.4 *Mise à jour* et *recadrage* 223
2.8.5 Interprétations possibles selon les praticien.ne.s 227

2.9 « Créer le réel » **232**
2.9.1 *L'efficacité symbolique* 233
2.9.2 La réalité symbolique aussi réelle que la réalité concrète 236
2.9.3 La non-interprétation d'une présentation 241

3. INTERPRÉTATIONS ANTHROPOLOGIQUES **247**

3.1 Rituels et efficacité symbolique **248**
3.1.1 En complément des approches traditionnelles du rituel 248
3.1.2 Du rituel à l'efficacité symbolique 250
3.1.3 L'efficacité symbolique comme facteur protecteur 253

3.2 Un mode particulier d'interactions au cœur de l'efficacité symbolique **257**
3.2.1 Réflexivité et double positionnement psychique 258
3.2.2 Double positionnement psychique et relations thérapeutiques 260
3.2.3 Double positionnement psychique et rituels 263
3.2.4 Des relations plurielles, « polysémiques » et « multiplexes » 264

3.3 Condensation rituelle et illusion perceptive orientée **267**
3.3.1 L'efficacité symbolique, une illusion perceptive orientée 267
3.3.2 Une anthropologie de la biologie des images 269
3.3.3 Tiers, objet transitionnel, fétiches 273

3.4 Qui est l'agent ? **277**
3.4.1 Une fluidité harmonieuse et enchanteresse 277
3.4.2 L'inconscient pré-cognitif comme agent 280
3.4.3 L'homéostasie comme guide 282

3.5 La liminalité : un espace transactionnel **284**
3.5.1 Rituel et recontextualisation 285
3.5.2 La construction d'une « safe place » 287
3.5.3 L'anti-structure 290
3.5.4 De l'indicible au symbole (de la condensation rituelle à l'image) 292
3.5.5 La puissance de ne rien faire 296
3.5.6 « Flow » et « Communitas » 298
3.5.7 Des acteurs socialisés à la liminalité 299
3.5.8 L'ethnologie, une socialisation à la liminalité ? 300

3.6 De la liminalité à la résonance **304**
3.6.1 Des expériences liminoïdes dans une société liminale ? 304
3.6.2 Les pathologies dites "état-limites" ou « bordeline » 306
3.6.3 La résonance 308

3.7. L'impensé socioculturel qui sous-tend l'aliénation **310**
3.7.1 L'imagination et la psychologie 311
3.7.2 Les valeurs socioculturelles sur lesquelles se fondent la psychologie 316
3.7.3 L'impensé qui fondent les analyses classiques socio-anthropologiques de la santé mentale et du New Age 319
3.7.4 Ces concepts psycho-pathologiques qui articulent l'analyse sociologique du malaise social 322
3.7.5 Les risques d'une socialisation à la liminalité 323

4. CONCLUSION **329**

BIBLIOGRAPHIE **337**

ANNEXE : RETRANSCRIPTION DES ENTRETIENS **360**

Remerciements

Je souhaite exprimer ma profonde gratitude à Christian Ghasarian, directeur de cette thèse, qui m'accompagne sur ce chemin ethnologique initiatique depuis plus de quinze ans.

Je remercie chaleureusement tous les praticiennes et praticiens qui ont accepté de me consacrer plusieurs heures de leur temps, qui ont osé me confier une part de leur jardin secret. Merci pour votre confiance et les moments intenses partagés. Merci à Annick Cudré-Mauroux, Barbara Whiatker, Carine Roth, Charles Chalverat, Christophe Chammartin, Daniel Taiana, Denis Jacquard, Eric Bonvin, Evy Tausky, Floriane Udressy, Françosie Loertscher-Rouge, Isabelle Siclari, Isaline Chammartin, Jean-Mary Grezet, Lissia Hamilton, Maria Kendler, Marlyse Schweizer, Mireille Rosselet-Capt, Natalie Hunt, Olivier Guex, Pauline de Mars, Pierre-Yves Gadina, Simone Schlegel, Ulla Straessle

Merci à celles et ceux qui ont mis à disposition des photos pour illustrer cette thèse. Je tiens à adresser ma sincère reconnaissance à Pauline de Mars [1] et Christophe Chammartin[2] qui ont mis gracieusement à ma disposition leurs travaux artistiques qu'ils réalisent dans un cadre professionnel.

Je tiens à remercier Renaud qui depuis le début m'encourage et me soutient dans ce projet. Merci pour tous les sacrifices consentis. Merci à lui et à ma maman pour la relecture de ce travail.

Je rends hommage à la famille dans laquelle j'ai grandi, à mon frère, Lionel, et mes parents, Hélène et Dominique, à la tolérance, l'empathie et l'amour qui nous unissent.

Et enfin de tout mon cœur « MERCI » à mes enfants, Noé, Tifaine et Isaac, qui ont dû apprendre à partager leur maman avec ce quatrième enfant qui n'en finissait pas de naître. Et à qui, j'espère, je saurai transmettre les qualités qui m'ont été léguées par ma famille et les précieux cadeaux qui m'ont été offerts en réalisant cette recherche.

[1] http://www.paulinedemars.com (consulté le 1er décembre 2019)
[2] http://chammartin.net (consulté le 1er décembre 2019)

Notes préliminaires

Tous les mots en italiques sont tirés des entretiens avec les praticiennes et praticiens d'hypnose, de « néo-chamanisme »[3] et d'analyse jungienne rencontré.e.s dans le cadre de cette recherche.

« Les citations d'ouvrages que je considère comme des sources primaires, transcrits avec la typographie « Avenir », taille 11 »

« Toutes les citations qui ne sont ni en italique, ni en « Avenir » proviennent d'ouvrages auxquels je me réfère par rapport à la mise en perspective ethnologique, sociologique, psychologique et neuroscientifique des données de terrain ».

[3] J'emploie le terme « néo-chamanisme » par convention ethnologique. Néanmoins les praticien.ne.s rencontré.e.s dans le cadre de cette étude n'emploient pas ce terme. Ils parlent de chamanisme. Ils relèvent à juste titre, me semble-t-il, qu'il n'y a pas un chamanisme et un « néo-chamanisme ». Le chamanisme est un concept qui s'applique à des pratiques très diverses selon les cultures et en constante évolution, sans cesse renouvelées.

Introduction

Depuis les années 1970, en Europe de l'Ouest et en Amérique du Nord, un nombre croissant de personnes s'investissent dans des thérapies alternatives, le plus souvent alliées à des spiritualités alternatives. Le sociologue Ehrenberg note en 2012 qu'au cours des quatre dernières décennies « un immense et hétérogène marché de l'équilibre intérieur s'est formé » (2012 : 12). Tobie Nathan, ethnopsychiatre, relève que jamais la psychothérapie n'aura eu un tel succès : « Apprentissage scolaire, adolescence, premières rencontres sexuelles, grossesse et accouchement, deuils, chocs et traumatismes, problèmes posés par le vieillissement… tous les événements qui surviennent nécessairement dans la vie de chacun relèvent désormais de la psychothérapie » (Nathan et Zajde, 2012 : 14). Pour l'anthropologue Laplantine cette quête de spiritualité qui « tend de plus en plus à se confondre avec certaines formes nouvelles de psychothérapies » est « l'un des phénomènes sociaux et culturels les plus significatifs de la fin du 20e siècle » (2003 : 12).

Cette recherche porte sur la quête qui inspire les personnes investies dans ces thérapies et spiritualités dites « alternatives ». Quel est l'impact de ces pratiques dans leur vie ? Quels sont les bénéfices qu'ils/elles en retirent ? En quoi l'apport rapporté par les acteur/rice.s de ces pratiques est-il instructif, ou non, par rapport aux valeurs sociales et culturelles qui sous-tendent les modes de vie en vigueur dans les sociétés auxquelles appartiennent ces acteur/rice.s ? Dans quelle mesure les apprentissages qu'ils/elles font dans ces pratiques peuvent-ils éventuellement être révélateurs des lacunes de notre culture ? C'est dans cette optique que je me suis intéressée aux pratiques de l'hypnose, du « néo-chamanisme » et de l'analyse jungienne. Des pratiques qualifiées en sciences sociales d'« alternatives », voire « ésotériques » (Stolz *et al*., 2015 ; Campiche, 2010) ou de « New Age » (Ferreux, 2000 ; Introvigne, 2005).

Je me suis entretenue avec vingt-quatre praticien.ne.s. Chacune des pratiques a été représentée par huit praticien.ne.s. J'ai rencontré chacun.e des praticien.ne.s à trois reprises dans le cadre d'entretiens semi-directifs d'une durée approximative de deux heures. Ma recherche porte donc sur les récits de ces praticien.ne.s plutôt que sur l'observation de leurs pratiques. Des récits ayant pour sujet leur expérience de « réalités

autres » ainsi que l'expérience rapportée de leur patient.e.s[4]. Du fait que mon « terrain » de recherche soit constitué par un corpus de récits, la partie consacrée à l'analyse de terrain repose essentiellement sur d'abondantes citations.

Si ma recherche porte sur les récits des praticien.ne.s rencontrées, elle est néanmoins également fondée sur ma propre expérience de terrain. En effet, je suis praticienne d'hypnose, j'ai participé à de nombreux stages et cérémonies « néo-chamaniques » et effectue depuis plusieurs années une analyse jungienne. Une expérience personnelle précieuse, notamment par rapport aux référents partagés d'une part, pour la relation de confiance rapidement établie avec mes interlocuteur/rice.s d'autre part, même si cette position d' « insider » a posé un certain nombre de difficultés quant à la juste distance avec le sujet d'étude. Ainsi, au terme de cette recherche, il m'apparaît que ma plus grande connaissance de l'hypnose a pu influencer mon analyse par catégorie. Ma recherche porte donc en premier lieu sur la pratique de l'hypnose et prend les pratiques jungiennes et chamaniques comme point de comparaison.

Parmi les vingt-quatre praticien.ne.s rencontré.e.s, je compte seize femmes, huit hommes. Lorsque je les ai rencontré.e.s, chacun.e de mes interlocuteur/rice.s pratiquaient dans un canton de Suisse romande et Berne. La majorité de mes interlocuteur/rice.s enseignent leurs pratiques, cela transparait, nous le verrons, dans leurs discours très réflexifs. Avec certain.e.s nous partageons mêmes des références théoriques : Bruno Latour, Isabelle Stengers, Tobie Nathan. De ce point de vue, je considère mes interlocuteur/rice.s comme des co-constructeur/rice.s du savoir anthropologique relatif aux pratiques envisagées.

Les acteur/rice.s font partie de réseaux professionnels ou amicaux par-delà leur appartenance à un champ de la pratique pour laquelle je les ai rencontré.e.s. Ainsi parmi mes interlocteur/rice.s, certain.e.s hypnothérapeutes côtoient certain.e.s analyste.s. jungien.ne.s. Plusieurs acteur/rice.s, qu'ils pratiquent le chamanisme, l'hypnose ou l'analyse jungienne, se fréquentent dans les Hautes Ecoles au sein desquelles ils/elles enseignent. Certain.e.s se connaissent depuis l'université, ils/elles ont parfois appartenu

[4] Je choisi le terme de « patient » plutôt que « client » (ou autre terme) en référence à l'ouvrage de François Roustang *Savoir attendre : Pour que la vie change* (2008) et à la « philosophie » de la majorité des praticien.ne.s rencontré.e.s dans le cadre de cette recherche. Cette remarque me permet d'insister sur cette « philosophie » des praticien.ne.s qui se distancient du « développement personnel » sous-tendu par les valeurs de l'individu entrepreneur de son propre destin (Ehrenberg, 2012), cherchant à accroitre son capital personnel (Rosa, 2018).

au même syndicat, au même groupe politique durant les années 1970. D'autres ont partagé des formations ou même des cérémonies chamaniques n'étant pourtant pas « néo-chamanes ». De même, il est courant qu'un.e praticien.ne rencontré.e dans le cadre de cette étude par rapport à une pratique spécifique, soit également « initié.e », « formé.e » aux autres pratiques, auxquelles il/elle peut aussi recourir, voire même les associer dans le processus thérapeutique.

L'intérêt pour moi de comparer ces trois pratiques, même si elles relèvent en définitive ici d'un réseau d'acteur/rice.s particulier, est d'essayer de dégager une « culture » commune, des « valeurs » partagées au sein des thérapies et spiritualités alternatives au-delà de leur spécificités. Un des points communs aux trois pratiques est l'expérience de ce que par convention académique je nommerai « état de conscience modifié ». Mais plus particulièrement, j'ai choisi de m'intéresser, à la place des « images »[5] dans ces expériences d'état de conscience modifié. Il me faut préciser d'emblée que les « images » qui font l'objet de cette recherche ne sont pas simplement « visuelles ». Ce sont les images qui impliquent nécessairement tous les sens[6]. De même ce ne sont jamais des images statiques, elles sont toujours dynamiques.

C'est dans le cadre de ma pratique personnelle que la place des images a commencé par attirer mon attention. En effet, avant l'hypnose j'ai pratiqué pendant plus d'une dizaine d'années la méditation zen, la méditation sans objet, la pleine conscience. Dans ces pratiques, nous étions invités à ne pas donner d'importance aux images, à « revenir ici et maintenant », à les laisser passer « comme des nuages », tout comme les pensées. Pourtant quelque chose m'intriguait… Cela m'a amené à m'intéresser de plus en plus aux pratiques qui font l'objet de cette enquête, d'abord en tant que praticienne, puis en tant qu'ethnologue. Ce n'est qu'en achevant cette recherche de doctorat que je me suis rendue compte que j'étais revenue, mais avec un tout autre regard, sur une problématique qui avait déjà fait l'objet de mon mémoire de fin d'étude à l'école des études sociales vingt ans plus tôt : *le symbole comme médiateur* (2001).

Les images, l'imagination, sont donc au cœur des trois pratiques étudiées, tout comme elles se retrouvent, d'après Edgar (2004 : 8) dans les pratiques mystiques de toutes les

---

[5] J'emploie le terme d'images pour éviter les termes *emics* de « symboles », « vision », « métaphores », « images archétypiques » etc.

[6] Il semble par ailleurs, en référence au principe de synesthésie, qu'un sens ne peut jamais être totalement dissocié des autres sens (Abram, 2013).

principales religions (Happold, 1963). L'imagination contemplative a été centrale dans la pratique mystique et monastique chrétienne à travers les âges (De Mello, 1984), dans la pratique tantrique (Yeshe, 1987), dans bouddhisme tibétain (Tulku, 1999), dans la tradition Sufi (Corbin, 1966) comme dans le chamanisme (Achterberg, 1985). Pour Achterberg (1985 : 72), les « images » sont une des plus anciennes et des plus importantes ressources de guérison dans le monde entier. Selon Edgar "*the notion of image itself is perhaps a way to connect these different traditions and perspectives*" (2004 : 9-10).

Si les images se retrouvent dans les principales religions, si elles sont une des plus anciennes et plus importantes ressources de guérison, elles font aussi l'objet d'éternelles controverses. De l'antiquité au surréalisme en passant par la réforme et la contre-réforme, tant parmi les juifs, les chrétiens que les musulmans, l'interdit de représentation oppose iconodoules et iconoclastes, puis défenseurs des images comme allégories ou comme icônes. C'est d'une certaine manière ce conflit que l'on retrouve entre les personnes investies dans les thérapies et spiritualités alternatives et les « scientifiques » s'insurgeant contre l'ésotérisme de ces pratiques. Les positions se durcissent encore, et ceci même parmi les acteur/rice.s interviewé.e.s lorsqu'il est question du statut de l'image : représentation ou présentation ?

Alors qu'au début de ma recherche, lors de la première rencontre avec les praticien.ne.s, je m'intéressais à l'impact qu'avait eu une image, vécue en « état de conscience modifié », sur leur vie, il s'est rapidement avéré, que quel que soit le statut de l'image (présentation ou représentation), c'est surtout le fait de légitimer la place des images et de l'imagination qui a eu un impact sur la vie des praticien.ne.s rencontré.e.s et non pas une image en particulier. C'est la relation que favorise le processus symbolique qui a un impact sur la relation aux autres, sur la relation à soi, à son corps, à son esprit, sur la relation entre son corps et son esprit, sur la relation à la nature et à son environnement.

Si je compile plusieurs citations, pour mes interlocuteur/rice.s, *on est dans un déséquilibre en occident… on est dans une vision trop matérialiste, trop mécanique de l'humain… il y a une perte d'âme… il y a un déséquilibre dans cette vision, on a perdu de vue le fait que la vie est plus grande que nous…* Cela a, selon eux/elles, des conséquences notables dans le monde des soins, de la pédagogie, de la psychologie où l'on ne reconnaît pas *l'aspect dynamique de la vie*. Ils/elles relèvent *un monde froid,*

fait de théories, de *dogmes*, *une vision de l'homme lamentable*, *des prises en charges révoltantes*.

Leur investissement dans les pratiques alternatives dont il est question ici, leur a permis de trouver ce qu'ils/elles recherchaient. Une *autre manière d'exister dans le monde… Une réalité que l'on a négligée*. Ils/elles soulignent : *C'est ça que je recherchais !* ou *C'était hallucinant. C'était ça qui me manquait.* Ils/elles insistent : *C'est un rapport à la nature, un rapport à l'écologie.* Et même : *Ça devient un mode de vie, ça devient euh… une fois que t'as touché à ça t'arrives plus tellement à faire autrement quoi… que de voir le monde à travers ces lunettes là…* Ou encore : *C'est passionnant ces explorations, t'as vraiment l'impression d'être des explorateurs intergalactiques quoi, c'est juste génial. Donc moi c'est aussi ça qui me plaît dans cette pratique. C'est de partir à la découverte d'un nouveau monde.* Et de manière très générale, les praticien.ne.s mentionnent que ces pratiques leur apportent de la joie, une remise en mouvement, le sentiment d'être vivant.e.s.

À partir du récit détaillé de leurs expériences, d'abord d'une image vécue en état de conscience modifié, puis du récit de leur expérience du travail « avec les images » en tant que thérapeute, j'ai reconstitué le processus *symbolique*, commun aux trois pratiques, qu'il importe à mes interlocuteur/rice.s de légitimer.

Quelle que soit la pratique, l'état de conscience modifié est induit par une attention aux perceptions. Notons que les praticien.ne.s emploient rarement l'expression « état de conscience modifié ». Les hypnothérapeutes parlent généralement de *transe*, les néo-chamanes de *voyage*, les jungiens *d'abaissement du niveau mental*, d'imagination, de rêves. Au cours de ces *transes*, *voyages, rêves* ou *imaginations actives*, les néo-chamane disent accéder à des *mondes invisibles*, les jungiens parlent de *dialectique entre le conscient et l'inconscient*. Les hypnothérapeutes très souvent s'abstiennent de tout commentaires, parfois se réfèrent aux neurosciences ou à la notion d'inconscient.

Lorsque j'ai cherché, avec mes interlocuteur/rice.s co-constructeur/rice.s du savoir anthropologique, à explorer leur expérience de *l'inconscient* (qu'ils soit individuel ou collectif), des *mondes invisibles*, ils/elles ont fréquemment été amené.e.s à préciser qu'il s'agissait d'un *espace*, à la fois intérieur et extérieur. Ils parlent d'un *espace symbolique, transitionnel, psychoïde. Un espace qui fabrique constamment des images*. Dans cet espace les praticien.ne.s se sentent relié.e.s avec ce qu'ils/elles nomment

« *cosmos* », « *monde* », « *planète* », « *terre* », « *nature* », « *contexte* », « *un ensemble plus vaste* », « *cet immense tout qui nous dépasse* ».

Plusieurs thérapeutes relèvent que le simple fait d'inscrire la problématique, qui amène le/la patient.e à consulter, dans un *espace plus vaste*, conduit la personne à porter un autre regard sur ce qu'il/elle vit. Ils/elles soulignent que bien souvent la souffrance est générée par une crispation, par le fait de figer une problématique. Réinscrire cette problématique dans un *contexte* plus large, *se sentir relié* au *cosmos*, à la *nature*, favorise déjà une vision plus dynamique de la situation.

De même, les acteur/rice.s rencontré.e.s stipulent que *cet espace symbolique*, auquel on accède en portant son *attention aux perceptions*, est *au-delà des mots*, *en deçà des concepts*. Dans cet *espace qui fabrique constamment des images*, il n'y a *plus de mots*. Dans cette *dimension indicible*, dans cet *espace*, le temps et le sens de soi sont *malléables*, *labiles*. Le patient apprend à adopter un double *positionnement psychique* : à la fois il laisse le *film*, le *déroulement des images*, le *processus métaphorique* se dérouler, le sens de soi devenir *labile* et en même temps il est le garant de *l'intention*, *le témoin* du processus.

C'est en laissant *le film se dérouler*, en accueillant le jeu entre les différentes versions de soi introduit par le double *positionnement psychique*, ainsi que par l'attention aux perceptions plutôt qu'aux concepts, en portant les conflits, les paradoxes engendrés par ce jeu que très souvent les praticien.ne.s font l'expérience d'être agi.e.s plus qu'agent, bien que *l'étincelle du témoin* de la conscience reste garante de l'intention. Dans des « moments de grâces », se produisant par *surprise*, les pratiquant.e.s ont le sentiment de recevoir des *cadeaux* sous la forme d'images. Des symboles qui leur permette d'exprimer une réalité pour laquelle ils n'ont *pas* encore *de mots*, de concepts. Des symboles qui ne sont pas des « représentations » d'un autre aspects de la réalité mais des « présentations » permettant aux acteur/rice.s de revitaliser leur réalité tangible.

Après ce chapitre d'introduction, dans le chapitre deux, je présente plus précisément mes interlocuteur/rice.s et leurs pratiques, ainsi que les points de méthode relatifs notamment à mon statut d' « insider » et à la particularité d'une ethnographie de récits. Le chapitre trois est entièrement consacré à l'analyse des récits. Ce chapitre se compose de neuf sous-chapitres. Chacun de ces sous-chapitres peut être considéré comme un des

apprentissages clés de la pédagogie (plutôt que de la thérapie) que l'on retrouve dans les trois pratiques et que j'envisage, au terme de cette étude, comme une « socialisation à la liminalité », soit la capacité de se situer à l'intersection de plusieurs constructions sociales de la réalité, d'introduire du jeu entre les différentes versions de soi possible.

Dans le quatrième chapitre, consacré à l'interprétation anthropologique de mon analyse, je mets les récits des acteurs en lien avec les théories sur le rituel et l'efficacité symbolique de Michael Houseman, Tanya Luhrmann et Carlo Severi. L'intérêt porté aux interactions plutôt qu'au sens ou aux fonction (perspective symbolistes ou fonctionnalistes par le biais desquelles le rituel est traditionnellement étudié en anthropologie) nous amènera à considérer le rôle clé de l'image dans une compréhension renouvelée de l'efficacité symbolique. Une compréhension renouvelée susceptible d'éclairer, en partie du moins, les résultats statistiques selon lesquels certains types de pratiques spirituelles aurait un impact non seulement sur l'espérance de vie, mais aussi sur la pression artérielle et le renforcement du système immunitaire. Cette interprétation anthropologique m'amène enfin à questionner les valeurs socioculturelles qui sous-tendent les analyses psychologiques et socio-anthropologiques classiques des pratiques envisagées.

1. Sujet et méthode

Dans cette partie, je présente tout d'abord les pratiques qui sont au cœur de cette recherche. Puis je présente les interlocuteurs et interlocutrices que j'ai rencontré.e.s en tant que représentant.e.s de ces pratiques. Enfin, je décris les choix méthodologiques qui sous-tendent la réalisation de cette étude.

1.1 Les pratiques

Je me suis donc intéressée, dans le cadre de cette recherche, aux trois pratiques de l'hypnose, du « néo-chamanisme » et de l'analyse jungienne. Néanmoins, chacune de ces pratiques peut être abordée, selon les praticien.ne.s, de manières très variées. Dans ce chapitre, je présente les références communes qui réunissent les acteur/rice.s que j'ai rencontré.e.s pour cette étude. Cela nous amènera au thème transversal de ces pratiques qui fait l'objet de cette thèse : les images.

1.1.1 Hypnose ericksonienne : François Roustang, Teresa Roblès et Stephen Gilligan

A une exception près, tous les praticien.e.s d'hypnose interrogé.e.s sont membres actifs de l'Institut Romand d'Hypnose Suisse (IRHYS)[7] et interviennent dans le CAS en Art et techniques hypnotiques proposé par la Haute Ecole de Santé Social du Valais[8]. Ces acteurs et actrices mentionnent deux noms de référence : François Roustang et Teresa Robles. La personne qui fait exception, s'inspire quant à elle principalement de Stephen Gilligan auprès de qui elle s'est formée. C'est donc les perspectives de ces trois auteur.e.s que je vais maintenant présenter.

François Roustang [9] (1923-2016), philosophe français, ancien jésuite et ancien psychanalyste, se forme à l'hypnose auprès d'hypnothérapeutes américains, eux-mêmes élèves de Milton Erickson, puis s'impose peu à peu comme une référence parmi les francophones qui cherchent à théoriser l'hypnose. Il collabore avec plusieurs instituts d'hypnose et notamment l'Institut Romand d'Hypnose Suisse. Il relève s'inspirer « des pages que Hegel consacre à l'ancêtre de l'hypnose : le magnétisme

[7] http://www.irhys.ch (consulté le 19 mars 2019)
[8] https://www.hevs.ch/fr/autres-formations/cas-en-art-et-techniques-hypnotiques-dans-les-domaines-de-la-sante-et-du-travail-social-1715 (consulté le 19 mars 2019)
[9] https://fr.wikipedia.org/wiki/François_Roustang (consulté le 19 mars 2019)

animal »[10] et mentionne l'influence de Gregory Bateson et de Ludwig Wittgenstein sur sa pensée. Roustang publie plusieurs ouvrages et articles critiques dans lesquels il prend de plus en plus ses distances par rapport à la psychanalyse. Teresa Roblès[11], invitée à plusieurs reprises à l'Institut Romand d'Hypnose Suisse, est fondatrice et directrice du Centre Erickson à Mexico. Titulaire d'une maîtrise en anthropologie sociale, elle effectue un doctorat en psychologie clinique. D'après mes interlocuteurs et interlocutrices, Teresa Robles fait de nombreux liens avec la culture chamanique de son pays. Stephen Gilligan[12], analyste jungien de première formation, psychothérapeute, auteur et formateur d'hypnose à San Francisco, a été l'un des élèves de Milton Erickson.

Si tous s'inscrivent dans la filiation de Milton Erickson, comme le relève l'un de mes informateurs, *c'est difficile de calquer un fonctionnement à Erickson, parce que quand on le voit, on voit des vidéos… on voit que c'est… il n'a pas un cadre de référence qu'il suit… il marche au feeling, il marche avec son vécu, ses expériences, ses liens… quand on lit son autobiographie c'est ça… c'est son monde… et puis il le partage*. On tend cependant à considérer Milton Erickson (1901-1980), psychiatre et psychologue américain, comme l'un des pères des thérapies brèves, à la base du renouvellement de l'hypnose. Il collabore notamment avec Margaret Mead et Gregory Bateson, co-fondateur/rice de l'école de Palo Alto[13] en Californie. « Son approche innovante repose sur la conviction que le ou la patient.e possède en lui/elle les ressources pour

---

[10] https://www.psychologies.com/Therapies/Toutes-les-therapies/Therapies-breves/Interviews/Francois-Roustang-maitre-de-l-hypnose/3 (consulté le 19 mars 2019)

[11] https://pt.wikipedia.org/wiki/Teresa_Robles (consulté le 19 mars 2019)

[12] https://fr.wikipedia.org/wiki/Stephen_Gilligan (consulté le 19 mars 2017)

[13] « L'école de Palo Alto est un courant de pensée et de recherche ayant pris le nom de la ville de Palo Alto en Californie, à partir du début des années 1950. On le cite en psychologie et psycho-sociologie ainsi qu'en sciences de l'information et de la communication en rapport avec les concepts de la cybernétique. Ce courant est notamment à l'origine de la thérapie familiale et de la thérapie brève. L'école a été fondée par Gregory Bateson avec le concours de Donald D. Jackson, John Weakland, Jay Haley, Richard Fisch, William Fry et Paul Watzlawick. (…) Outre les membres du Projet Bateson, on compte notamment dans ce réseau les anthropologues Ray Birdwhistell et Edward T. Hall, le médecin Albert Scheflen, le sociologue Erving Goffman et l'épouse de Bateson, l'anthropologue Margaret Mead (https://fr.wikipedia.org/wiki/École_de_Palo_Alto, consulté le 10 octobre 2017).
A noter qu'Erwing Goffman est l'une des principaux représentants, avec Howard Becker, de la seconde école de Chicago. Or, George Herbert Mead, à qui je me réfère abondamment dans la partie analytique, est considéré comme le fondateur de la première école de Chicago. Alors qu'Howard Becker est l'un de mes auteurs de référence par rapport à la démarche anthropologique en général.

répondre de manière appropriée aux situations qu'il/elle rencontre : il s'agit par conséquent d'utiliser ses compétences et ses possibilités d'adaptation personnelles »

Nous retrouvons chez ces trois auteur.e.s, à des degrés divers, l'influence de l'anthropologie et le lien avec la culture américaine. Relevons également l'influence d'une pensée chamanique chez Teresa Roblès et de la pensée jungienne pour Stephen Gilligan. Une des spécificités des praticien.ne.s d'hypnose enseignant à I.R.H.Y.S est de privilégier les échanges tout au long de la séance, y compris dans ce que l'on nomme par convention « état de conscience modifié » [14], de favoriser l'émergence des « images » chez le/la patient.e[15], la co-création d'une histoire à partir de ces « images », une *transe* partagée.

La pratique de l'hypnose telle qu'elle m'a été enseignée à l'institut d'hypnose thérapeutique[16] comprend les étapes suivantes (chacune de ces étapes sera développée dans la partie ethnographique) :

- une définition de l'intention. Praticien.ne et patient.e définissent ensemble l'orientation du travail thérapeutique
- l'induction d'un « état de conscience modifié » en dirigeant l'attention du/de la patient.e, et du praticien.ne sur les perceptions
- une expérience en « état de conscience modifié » (s'achevant régulièrement par des *suggestions post-hypnotiques*)
- un échange post « état de conscience modifié » (pouvant inclure des *tâches thérapeutiques*)

Lors d'une des rencontres avec chaque praticien.ne j'ai exposé ce « découpage » comme support de notre échange. Celui-ci paraît structurer le déroulement de la majorité des séances au sein de chaque pratique.

---

[14] J'emploie par convention le vocable « état de conscience modifié » lorsque je me positionne sur le plan analytique. Nous verrons que les praticien.ne.s recourent généralement aux termes de *transe* (hypnose), de *voyage* (« néo-chamanisme »), d'accès à *l'inconscient* (analyse jungienne). A la fin de ce travail, sur la base d'une analyse des pratiques, j'expliciterai ma préférence pour le terme de « transe » en référence au préfixe « trans-».

[15] J'ai choisi d'employer le terme « patient.e » en référence à l'ouvrage de Roustang *Savoir attendre pour que la vie change* (2008) qui reflète selon moi, nous le verrons tout au long de ce travail, la philosophie qui sous-tend les pratiques étudiées.

16 https://www.ihthypnose.com (consulté le 3 décembre 2019)

Un peu plus de la moitié des praticien.ne.s d'hypnose rencontré.e.s emploient l'hypnose comme « outil » au sein de leur pratique de soignant.e, infirmier/ère, sage-femme, médecin, travailleur social. Pour les autres l'hypnose fait partie de la catégorie brève (école de Palo Alto). Il est usuel de considérer que les thérapies brèves comprennent entre une et quinze séances.

1.1.2 Néo-chamanisme : Michael Harner et le *Core Shamanism*

Là encore, à une exception près, les praticien.ne.s du néo-chamanisme rencontré.e.s dans le cadre de cette recherche ont tous suivi le cursus dispensé par la *Foundation for Shamanic Studies (F.S.S.)*[17]. Cette fondation dispense un enseignement du « néo-chamanisme » tel que Michael Harner (1929-2018) le propose. Michael Harner a donné le nom de *Core Shamanism* à cette pratique spécifique du « néo-chamanisme ». Il a enseigné l'anthropologie à l'université de Californie, Berkeley, ainsi qu'à Columbia et à Yale. Il a été titulaire de la chaire d'anthropologie de la New York Academy of Sciences. Sur la base de ses études académiques du chamanisme, il entreprit de réintroduire « les pratiques chamaniques dans des régions du monde d'où elles avaient disparu » (Harner, 2014, quatrième de couverture). Selon lui, *Core Shamanism* regroupe les caractéristiques « quasi universelles et communes du chamanisme, ainsi que les voyages dans d'autres mondes, lesquels constituent un aspect typique du chamanisme. En règle générale, ces voyages s'accomplissent en vue d'acquérir une aide spirituelle, par exemple pour guérir des patients » (*ibid* : 353). C'est le rythme du tambour qui emmène et accompagne les néo-chamanes formés à la *Foundation for Shamanic Studies* soit dans le *monde d'en bas*, pour rencontrer leurs « animaux-guides », soit dans le *monde d'en haut* pour éventuellement trouver de l'aide auprès d'un guide sous forme humaine, ou alors dans le *monde du milieu* pour découvrir « les esprits et les êtres invisibles présents en permanence autour de vous, mais que vous ne percevez pas habituellement dans la réalité ordinaire » (Chambon, 2012 : 119).

Si pour Harner (2014 : 354), le *Core Shamanism* convient particulièrement aux Occidentaux.ales qui aspirent à un système relativement libre d'influences culturelles, c'est justement ce que déplore le seul de mes interlocuteurs qui ne s'est pas initié au chamanisme avec la *Foundation for Shamanic Studies*. Il me dit : *avec Harner, il n'y a*

[17] http://www.chamanisme-fss.ch (consulté le 22 mars 2019)

pas ça derrière… et ça je sais pas comment ils (elles) font pour se poser… moi j'ai peut-être besoin de cette tradition quoi… et… ou de plusieurs traditions... mais j'ai besoin d'avoir ce regard d'ancêtres…

Parmi les praticien.ne.s du *Core Shamanism* tous effectuent les soins « classiques » enseignés dans le cadre de la F.S.S, soit les *voyages* dans les *mondes invisibles*, le *monde des morts* accompagnés par un *animal allié/de pouvoir*, un.e *guide*, pour effectuer soit, un *recouvrement d'âme*, soit une *extraction chamanique* (extraction d'*entité.s* nuisible.s) ou encore chercher des informations par rapport à la demande de/de la patient.e. Par ailleurs certain.e.s praticien.ne.s pratiquent également le *counseling*. Dans la pratique du *counseling, C'est la personne qui voyage. Tu es témoin mais tu fais rien. (…) La personne a un enregistrement* (rythme du tambour) *dans les oreilles. Elle part en voyage. Toi t'es à côté, tu restes là et la personne elle raconte son voyage à haute voix. T'enregistres. Elle a le tambour dans les oreilles comme ça, ça s'entend pas sur l'enregistrement. Ensuite on réécoute son voyage. Comme la personne raconte à haute voix, tu entres dedans, c'est précieux. Donc il y a le moment où tu expliques les mondes, tu expliques comment faire les voyages. Il y a le moment où tu assistes au voyage et où tu tiens un peu l'espace. Et puis il y a le moment où tu écoutes le voyage ensemble. Et puis après tu peux échanger, parler un peu*. Alors que dans les soins « classiques » *la personne elle voyage pas*, (…) *c'est vraiment le praticien chamanique qui va, avec le tambour, se mettre en état modifié de conscience pour faire le voyage, pour la personne, avec cette demande…* On retrouve avec la pratique du *counseling* le fait de favoriser l'émergence des « images » chez le/la patient.e, le *voyage* partagé.

Si dans le cadre des soins « néo-chamanique » « classiques » le/la thérapeute et le/la patient.e se rencontrent ponctuellement, dans *le counseling tu t'engages pour cinq à six séances avec des semaines entre deux donc c'est aussi une démarche sur un plus long terme.*

1.1.3 Analyse jungienne : James Hillman, Dora Kalff, Laura Sheleen

Carl Gustav Jung (1875-1961), médecin psychiatre suisse, fut l'élève de Freud dont il se sépara en raison de divergences théoriques et personnelles. Il est le fondateur de la psychologie analytique[18]. C'est dans le contexte thérapeutique plus large que se trouve être la thérapie analytique jungienne, je me suis plus particulièrement intéressée à trois « outils » thérapeutiques : le jeu de sable de Dora Kalff, le théâtre pour l'individuation de Laura Sheleen et l'imagination active.

« En 1913, encore ébranlé par la rupture avec Freud, Jung avait décidé de se confronter à son volcan intérieur. Il se laissa descendre dans un état modifié de conscience, presque un état hypnotique, (…) (Douglas, 2018 : 15). « Entre les années 1925 et 1935 la pratique de l'imagination active que Jung avait enseignée à un nombre relativement important de ses analysants et de ses élèves avait pris de l'ampleur ; elle s'était beaucoup répandue dans le cercle jungien. (…) la technique de l'imagination active consiste en une sorte de méditation, un état de conscience légèrement modifié dans lequel (…) le sujet se concentre tout particulièrement sur les images qui montent spontanément de l'inconscient, en vue de leur mémorisation, et de leur transcription comme on le ferait au sortir d'un rêve nocturne » (Cahen, 2018 : 1395).

Dans la thérapie jungienne, l'imagination active est souvent employée à la suite d'un rêve, pour voir dans quelle direction le rêve pourrait se développer. L'imagination peut prendre la forme d'une visualisation mais aussi d'un rêve pour se prolonger par un dessin ou par un jeu scénique. Une de mes interlocutrices spécifie : *peu importe disons le medium utilisé, mais quand on prolonge le rêve par des images appelées consciemment*… Olivier Chambon rajoute « Dans l'imagination active, nous aussi pouvons exprimer avec des gestes ou des mouvements (p. ex la danse), ou par le dessin d'un mandala, le flot intérieur de l'expérience qui se présente sous une forme symbolique » (2012 : 193-194).

Le jeu de sable est une technique de médiation conçue par Dora Kalff et inspirée de la théorie analytique jungienne. *Il s'agit d'une forme de thérapie créative qui utilise*

[18] https://fr.wikipedia.org/wiki/Carl_Gustav_Jung (consulté le 22 mars 2019)

l'imaginaire et qui s'adresse à tous les âges. Dans le jeu de sable, les images intérieures peuvent être transformées par les mains, à l'aide du sable et d'un grand choix de figurines, en une image visible et tangible. « Le dispositif du jeu de sable est donc constitué par un ou deux bacs remplis de sable fin, de figurines très nombreuses sur les étagères adjacentes et d'une source d'eau à proximité pour permettre de faire varier la consistance du sable. La surface des bacs à sable correspond aux limites du champ visuel d'une personne debout devant le bac (environ 55 x 70 cm) afin que le regard se concentre sur ce qui se passe dans le bac et non ailleurs. Le dispositif du jeu de sable est donc destiné à favoriser et à porter un processus de confrontation aux images inconscientes, celles-ci naissant au fil de la séance, comme lors d'une séance d'imagination active »[19].

Jeu de sable : *Après avoir plongé son visage et ses mains dans le sable, cet animal a pris forme à partir de l'empreinte laissée : l'attaque d'un ours?*

[19] https://www.cgjung.net/publications/le-jeu-de-sable.htm (consulté le 30 novembre 2019)

Jeu de sable : *une enceinte avec à l'intérieur comme un village - des maisons, des édifices religieux de différentes cultures, un roi sur son trône au pied d'une tour - et en son centre un puits et une femme.*

Jeu de sable : *sans titre*

Jeu de sable : *La rencontre du cheval et du poisson*

Jeu de sable : *Le travail sensoriel, impliquant le vécu corporel est à la base de l'expression symbolique*

Laura Sheleen, américaine établie en France, reconnue par la société française de psychologie analytique (C.G. Jung) poursuit un travail de formatrice-thérapeute avec des stages de « Mythodrame, masques, jeux masqués » et de « Danse : corps, espace, temps ». Dans ce qu'elle nomme *Théâtre pour l'individuation*, les acteur/rice.s sont invité.e.s à jouer leurs *images intérieures*.

Théâtre pour l'individuation selon Laura Sheleen

Masques et mytho-drame selon Laura Sheleen

S'inscrivant dans la filiation jungienne, nombreux.ses sont les praticien.ne.s rencontré.e.s qui se réfèrent plus volontiers à James Hillman. James Hillman (1926-2011) a conceptualisé la notion de « psychologie archétypale »[20]. En 1959 il est nommé directeur d'études de l'Institut de Zurich. En 1978, il retourne aux États-Unis pour diriger les Graduate Studies à l'université de Dallas et est co-fondateur du Dallas Institute for Humanities and Culture. S'il est un des principaux développeurs du travail de Jung, il a néanmoins rencontré des résistances au sein des auteurs et analystes jungiens qui considèrent certaines de ses propositions comme étant trop éloignées des concepts principaux de la théorie jungienne. Pour David Tracey par exemple « Dans le monde post-jungien de Hillman la diversité a remplacé l'unité, la phénoménologie a remplacé la métaphysique, l'imagination a remplacé l'inconscient et l'incertitude et l'ouverture d'esprit ('le non-connaitre') ont remplacé 'le connaitre.' Hillman a aussi laissé tomber l'individuation, le principe d'une direction vers un but, les mandalas et l'accent sur le progrès et la conscience moïque » (Tacey, 1998 : 228). D'après Cyrille Champagne, pour James Hillman, d'une part *les structures basiques de la psyché s'expriment en termes d'images qu'il s'agit d'explorer et de mettre en mouvement et non pas d'expliquer*. D'autre part, *le moi existe au sein d'un monde d'images, et ce n'est pas un monde d'images qui existent à l'intérieur de moi* [21].

À noter que Hillman, tout comme Roustang, écrit plusieurs ouvrages dans lesquels il prend ses distances notamment avec la psychanalyse mais plus généralement encore avec la psychologie. Il a notamment écrit *Revisioning psychology* (1975). Pour Cyrille Champagne, *c'est un pamphlet, c'est un jeu de mot, parce que à la fois il se dit qu'il faut révisionner la psychologie parce qu'il se dit qu'il y a vraiment quelque chose qui cloche en 1975 dans la pratique de la psychologie et d'autre part « revisionning » parce qu'il y a l'idée d'y remettre l'image. Remettre l'image dans la psychologie*.

Tout comme un cercle d'intellectuels gravite autour de Palo Alto en Californie, dès les années 1950, les idées des uns, anthropologues, sociologues, linguistes, fécondant les idées des autres, praticiens d'hypnose, psychologues ou psycho-sociologues, en Suisse depuis les années 1930, des intellectuels se retrouvent, chaque année, à Ascona au sein

---

[20] https://fr.wikipedia.org/wiki/James_Hillman (consulté le 24 novembre 2017)
[21] Imaginal et imagination active – hypnologie 2016 : https://www.youtube.com/watch?v=bbSxUPCdTrQ (consulté le 7 janvier 2019)

de ce qu'ils nomment les « cercle d'Eranos ». C'est bien là, écrit Gilbert Durand, « (…) en marge de toutes les universités du monde que, librement, des universitaires les plus éminents créèrent une science anthropologique nouvelle dont la base reposait sur la faculté essentielle du sapiens sapiens : à savoir son incontournable pouvoir de symboliser, son *imagination symbolique* ». Dans ces cercles se retrouvent notamment Carl G. Jung, James Hillman, Gilbert Durand, Henry Corbin, Mircéa Eliade, Joseph Campbell, Martin Buber, Gérald Holton, Karoly Kerényi, Erich Neumann, Paul Radin, etc.. Selon Cyrille Champagne c'est des cercles d'Eranos qu'est née la psychologie archétypale, *C'est tout un courant moderne de psychologie qui a vu le jour. On est ici au début de la deuxième moitié du 20e siècle, on est au moment où la psychologie est encore très prise par les méthodologies positivistes* (…) *avec une méthodologie de la psychologie qui est héritée de la biologie. Et où un des prismes d'approches de la psychologie, c'est de la regarder quand elle est pathologique. Avec la psychologie archétypale, on change complètement de prisme, on se dit que ce soit pathologique ou non pathologique, il y a quelque chose qui semble structurer les expériences subjectives, qui semble structurer notre psyché, notre esprit peut-être,* le « pouvoir de symboliser », l'« imagination symbolique ». C'est à cette imagination symbolique que j'ai choisi de consacrer ma recherche. Ce sont les images qui font l'objet de mon étude transversale des pratiques hypnotiques, « néo-chamaniques » et de la psychologie archétypale.

La dynamique d'un mandala vu en rêve

1.1.4 Les images

Comme je l'ai mentionné dans l'introduction, dans la perspective d'une étude transversale de ces trois pratiques j'ai choisi de m'intéresser à la présence des « images » dans chacune de ces pratiques. Cette notion résume selon moi le mieux les termes *emic* propre à chacune des pratiques comme *métaphore*, *vision*, *symbole*, *archétype*, *image archétypique*, etc.

Edgar relève que "*the notion of image itself is perhaps a way to connect these different traditions and perspectives*" (004 : 9-10). J'ai employé le terme « image » lorsque j'ai rencontré mes interlocuteur/rice.s investi.e.s dans les différentes pratiques pour éviter de recourir à leur vocabulaire spécifique, soit aux vocables « métaphore » en hypnose, « vision » dans le « néo-chamanisme », « symbole », « images archétypiques » dans la psychologie archétypale. Par ailleurs, il me faut préciser d'emblée que les « images » qui font l'objet de cette recherche ne sont jamais que « visuelles ». (J'ai enlevé la référence ici (ainsi que dans l'introduction) à Wiliam James, la laissant à l'interlocutrice suivante) Ce sont les images qui impliquent tous les sens[22]. De même ce ne sont jamais des images statiques, elles sont toujours dynamiques.

Une analyste jungienne relève que *c'est des images visuelles mais pas seulement… comme j'ai essayé d'expliquer ça passe beaucoup à travers le corps, le toucher… le ressenti… c'est pas que visuel mais le visuel joue un grand rôle effectivement….* Une autre précise *: Oui oui, il y avait le goût aussi…* Du côté des praticien.ne.s d'hypnose, un me dit « *Il y a des images… sonores… kinesthésiques… Dans mon expérience… les images… je les vivais*. Une autre souligne, *c'est une expérience que j'appelle volontiers image… mais qui englobe tous les sens… c'est un espèce de sens premier où c'est encore pas différencié…* Une autre, alors que son regard s'anime, développe, *dans des bonnes transes bien « croustillantes » je dirai, à ce moment-là, on a même accès aux odeurs, aux sensations du vent sur le visage, des choses comme ça. Et donc c'est vraiment le terme image, c'est à la William James, c'est image visuelle, image auditive, image cénesthésique, image gustative…*». Du côté des « néo-chamanes », Michael Harner écrit « « Voir » est un aspect important du chamanisme et du voyage chamanique. (…) Le mot anglais seer (voyant) vient peut-être des anciens chamanes

[22] Il semble par ailleurs, en référence au principe de synesthésie, qu'un sens ne peut jamais être totalement dissocié des autres sens (Abram, 2013).

européens, ceux qui étaient des see-ers (ceux qui voient). De même, les Indiens Machiguenga (Matsigenka) de la haute Amazonie décrivent le chamane comme celui « qui voit » (Baer et Snell, 1974 : 61-70). Cela étant, voir dans le chamanisme signifie davantage que visualiser : c'est percevoir avec tous ses sens, y compris l'ouïe, le toucher, l'odorat, le goût » (2014 : 84). *C'est pas seulement une image, on a l'impression que tout vient de vision, alors effectivement on peut avoir des visions, mais il s'agit en fait d'une expérience, qui implique tous les sens physiques de l'être humain, parce qu'il y a pas seulement des images, il y même certains voyages chamaniques où on n'a pas d'image, on peut avoir des sons, on peut avoir des odeurs on peut avoir des saveurs, on peut avoir des impressions, on peut avoir des émotions* me dit un thérapeute graphiste. Il me confie qu'au début de sa pratique du chamanise, il cherchait tellement à voir, qu'il passait à côté de l'expérience, ayant l'impression de n'avoir rien vécu.

Les images de l'imagination symbolique, dont il est question dans cette recherche, impliquent donc tous les sens. Mais plus encore, il arrive fréquemment qu'*au bout d'un moment j'étais dedans… voilà… c'est deux niveaux de conscience d'être assis sur sa chaise ou au sol et puis d'être ailleurs… c'est ce qui était pour moi le plus troublant au départ* me dit un praticien chamanique, les yeux dans le vague, à la fois dans la pièce de l'entretien, avec moi et à la fois revivant l'expérience. De même pour une autre, *j'étais présente à cet endroit-là, j'étais dans l'image*. De façon similaire une hypnothérapeute relève *on participe à l'image, on fait partie du tableau* ou encore, selon une analyste jungienne, on reconnaît que l'expérience commence *à partir du moment où la 2D se transforme en 3D*.

Enfin, les images, l'imagination symbolique n'est pas statique. *En transe, l'image n'est pas qu'une image. D'abord c'est une forme de cinéma. Ça veut dire que ça bouge, ça se transforme. Donc il y a une activité dans les images. C'est vraiment comme un film constitué de beaucoup d'images qui se déroulent* me dit une praticienne d'hypnose. Pour un « néo-chamane », *C'est toujours des images en mouvement… toujours des histoires… de temps en temps les images fixes ce serait des flashs.* De même une analyste relève que *l'imagination active ça montre l'aspect… moi ce qui m'intéresse beaucoup dans cette approche là… c'est l'aspect énergétique de l'âme, dynamique*.

1.1.5 Le contexte privilégié

L'hypnose peut se pratiquer seul.e – on parle alors d'autohypnose – et parfois en groupe. De même, il y a des cérémonies néo-chamaniques au sein desquelles les personnes se retrouvent en nombre pour pratiquer (un nombre très variable) alors qu'à d'autres moments ces mêmes personnes pratiquent seules. Il en va de même pour les travaux d'art-thérapie, de théâtre pour l'individuation, inspirés par l'approche jungienne. À noter par ailleurs que la plupart des enseignements pour devenir thérapeutes s'acquièrent dans des stages de groupe. Dans le cadre de cette recherche, je me suis concentrée sur les rencontres entre un.e thérapeute et un.e patient.e.

Les rencontres entre patient.e et thérapeute se font généralement dans une pièce dédiée à la pratique. Parfois cette pièce se situe dans la maison du/de la praticien.ne. Parfois dans un cabinet médical ou privé, un hôpital, un centre de sages-femmes.

Dans les pièces consacrées au néo-chamanisme, on trouve généralement de la sauge pour faire des fumigations (purifier la personne et l'atmosphère), des instruments de musique comme des tambours ou des hochets. Il peut y avoir des pierres semi-précieuses tel un quartz rose. Les pièces consacrées à l'hypnose sont en principe les plus « sobres », on y trouve peu d'éléments spécifiques outres des livres, des sièges, parfois une table de massage ou de consultation. Il arrive qu'une carte postale, un tableau, un livre sur un présentoir en lien avec la pratique (livres d'images pour enfant, tableau aborigène australien, carte postale d'animaux) attire l'attention. Nous retrouvons les bibliothèques avec de nombreux livres et des éléments du décor en lien avec la pratique (mandala, arbre de vie, livres de contes, le Livre Rouge de Jung) dans les cabinets des analystes jungiens. Parmi les analystes jungiens, il faut différencier ceux qui pratiquent le jeu de sable des autres. Dans les pièces où l'on pratique ce jeu on trouve, outre les bacs à sable, des étagères aux rayons couverts de petites figurines. Dans la majorité des rencontres d'hypnose et d'analyse jungienne, les protagonistes sont assis l'un en face de l'autre ou légèrement décalés, ne faisant face qu'à un tiers, les deux autres tiers laissés libres pour l'imagination. Dans la pratique du néo-chamanisme, il est plus courant que le/la patient.e soit couchée, sur une table de massage ou à même le sol. Il en va de même, mais beaucoup plus rarement en hypnose.

1.2 Les praticien.ne.s

Après avoir partagé les généralités sociologiques portant sur le profil type des personnes investies dans des thérapies et spiritualités alternatives, je présenterai les praticien.ne.s rencontré.e.s dans le cadre de cette recherche. A noter qu'ils/elles font partie d'un « réseau d'acteur/rices »[23] (avec de nombreux liens unissant nombre d'entre eux, quelle que soit leur pratique) très réflexif/ve.s (car enseignant leur pratique). Mentionnons également que nous comprendrons à la fin de cette étude, en lien avec l'idée de socialisations à la liminalité et au symbolique, pourquoi les thérapeutes sont aussi régulièrement patient.e.s. En effet, outre le fait que devenir « thérapeute » nécessite un travail sur soi en tant que « patient », nous verrons que ces pratiques sont envisagées comme un *mode de vie*, un *apprentissage*, une compétence relationnelle, plutôt que comme un processus thérapeutique en réponse à une pathologie.

1.2.1 Patient.e.s et thérapeute.s

Selon François Laplantine, l'engagement dans des spiritualités alternatives qui tendent « à se confondre avec certaines formes nouvelles de psychothérapies » « (…) est le fait d'hommes et de femmes appartenant assez souvent à des milieux aisés et rassemble une grande partie de ceux qui partagent fondamentalement une même vision du monde caractérisée par deux convictions : la menace de désastre écologique de la planète et surtout l'insignifiance de l'existence sans spiritualité. » (2003 : 21). Il considère également que « Le fait qu'il y ait beaucoup de femmes à l'origine de ces mouvements de la « guérison divine », indistinctement spiritualistes et thérapeutiques, lesquels sont aussi fréquentés par une majorité de femmes, est un point susceptible de retenir l'attention des anthropologues » *ibid.* : 25).

Une étude publiée en 2015 par l'Observatoire suisse des religions (Stolz *et al*., 2015) répartit la grande diversité des positions au sein de la population suisse en matière de religion et de spiritualité en quatre catégories : les « institutionnels » (17,5%), les « distancés » (57,4%), les « séculiers » (11,7%) et les « alternatifs » (13,4%). Parmi les alternatifs, on retrouve, douze ans plus tard, les mêmes caractéristiques que celles mentionnées par Laplantine. Le type « alternatif » en Suisse, dans son ensemble dégage l'image d'un type d'âge moyen (48,5% de l'échantillon a entre 40 et 50 ans), fortement

[23] Terme emprunté à Bruno Latour (2005)

féminin (87,5%) au bénéfice d'une formation supérieure dans une proportion qui est au-dessus de la moyenne (37,9%). À l'exceptions du nombre d'hommes qui composent « l'échantillon » de ma recherche, on retrouve les caractéristiques des praticien.ne.s avec qui j'ai choisi de m'entretenir dans le cadre de cette étude.

Chacun.e des particien.ne.s interrogé.e.s a également expérimenté sa pratique, et très souvent les autres pratiques aussi, en tant que patient.e. Selon les dires implicites ou explicites de mes interlocuteur/rice.s, qu'une fois expérimentées et même acquises, ces pratiques deviennent comme je l'ai dit plus haut *un mode de vie*. Il n'est plus possible d'envisager une difficulté comme avant. Or s'il est possible de développer les outils personnels (comme l'autohypnose par exemple) pour faire face à une problématique, il est toujours bénéfique de partager avec une personne tierce, qui a développé le même mode de vie, le même type de rapport au monde, passant par les perceptions et l'imagination. Ainsi les récits de chaque thérapeute, peuvent être envisagés dans cette étude comme le récit d'un.e patient.e. Néanmoins si on s'intéresse au profil type des patient.e.s, qui apparaissent « en creux » au travers du discours des praticien.ne.s rencontré.e.s, ils correspondent effectivement, dans leur ensemble, au « profil type » décrit plus haut par Stolz *et al*. (2015) et Laplantine (2003).

1.2.2 Mes interlocuteur/rice.s

Dans le cadre de cette recherche je me suis entretenue avec vingt-quatre particien.ne.s. Chacune des pratiques a donc été représenté.e par huit praticien.ne.s. Le réseau d'acteur/rice.s rencontré.e.s s'est construit sur la base de treize praticien.ne.s, inclu.e.s dans les vingt-quatre, qui pour la plupart m'inspiraient. Certains avaient été des enseignants lors de ma première formation en travail social, d'autres des mentor.e.s, plusieur.e.s des amis. Ce sont des personnes que je trouvais témoigner d'une qualité de relations aux autres, à eux-mêmes, au monde dans leur vie quotidienne. Je me suis rendu compte par la suite que de nombreux liens reliaient d'une manière ou d'une autre mes interlocuteur/rice.s. Ce sont ces treize praticien.ne.s qui m'ont recommandée auprès de certain.e.s de leur collègues partageant une même « philosophie » dans leurs pratiques respectives.

1.2.3 Des acteur/rice.s réflexif/ve.s

La majorité de mes interlocuteur/rices enseignent leurs pratiques, cela transparait, nous le verrons, dans leurs discours très réflexifs. Parmi les vingt-quatre praticien.ne.s rencontré.e.s, je compte seize femmes, huit hommes. Je n'ai pas constaté de nuances significatives entre les propos des hommes et des femmes, je n'ai donc pas jugé nécessaire de spécifier le sexe des acteurs au moment des citations. Une de mes interlocutrices est née en 1945, 5 de mes interlocuteurs sont nés entre 1955 et 1959, 3 entre 1960 et 1964, 5 entre 1965 et 1969, 5 entre 1970 et 1974, 3 entre 1975 et 1977. 4 sur 24 ne sont pas suisses (France, Canada, USA, Autriche), et 5 sur 24 n'ont pas passé leur enfance en Suisse (France, Canada, USA, Autriche, Bali). Lorsque je les ai rencontré.e.s chacun.e des mes interlocuteur/rice.s pratiquaient dans un canton de suisse romande. Ainsi, 12 praticien.ne.s pratiquent dans le canton de Vaud, 3 dans le canton de Genève, deux dans le canton du Jura, 2 dans le canton du Valais, 1 dans le canton de Berne, 1 dans le canton de Fribourg, et 1 dans le canton de Neuchâtel. Une praticienne du « néo-chamanisme » habite actuellement en France. Enfin j'aimerais rendre ici hommage à Françoise Loertscher-Rouge, une analyste jungienne qui m'a particulièrement inspirée dans ce travail, qui m'a beaucoup touchée et qui est depuis décédée.

Parmi mes interlocuteur/rice.s nous avons :

8 analystes jungien.ne.s à plein temps, tous formés à l'Institut Jung de Zurich, et la plupart y intervenant régulièrement ou ponctuellement en tant qu'enseignant.

- 7 sur les 8 ont suivi les études de psychologie puis ont obtenu le titre reconnu par la Fédération Suisse des Psychologues (FSP) avant de se former à l'Institut Jung de Zurich pour obtenir le titre de psychothérapeute
- Parmi les 8 analystes, 2 ont été auparavant enseignantes après avoir fait des études en lettres et de l'assistanat
- Une « docteure » en pédagogie curative est chercheuse dans une Haute Ecole de Travail Social.
- Une est responsable de la formation jungienne en Suisse romande auprès des médecins souhaitant obtenir le titre de spécialiste FMH en psychiatrie et psychothérapie
- Une est présidente de l'Association Suisse de thérapie par le jeu de sable

- Une est responsable clinique de la consultation spécialisée pour victimes de torture et de guerre aux Hôpitaux Universitaires de Genève

Parmi les hypnothérapeutes (dont 6 font partie des 13 superviseurs mentionnés par l'Institut Romand d'Hypnose Suisse, (IRHyS))

- 2 médecins dont une généraliste et un psychiatre, le directeur général de l'Hôpital du Valais qui fut le fondateur de l'Institut Romand d'Hypnose Suisse (IRHyS) qu'il a dirigé et ou il a longtemps enseigné et supervisé, qui fut également à l'origine du CAS en hypnose à la HES du valais et enfin qui a très longtemps collaboré et cheminé avec François Roustang
- Un responsable de formation des travailleurs sociaux et de la formation continue à la HES de Lausanne, également responsable du CAS en Hypnose à la HES du Valais, actuellement à la retraite mais superviseur à IRHyS
- Une infirmière et un infirmier indépendant, superviseur à IRHyS
- Une sage-femme indépendante, qui a co-fondé une des premières maisons de naissance en Suisse Romande, praticienne formatrice de référence tant au sein du CAS d'hypnose que dans la formation des sages-femmes, superviseuse à IRHyS
- Une ancienne enseignante, praticienne d'hypnose et de shiatsu, intervenante tant au sein du CAS d'hypnose que dans la formation d'art-thérapie à la HES de Lausanne. Superviseuse à IRHyS
- Le directeur de l'Institut d'hypnose thérapeutique

Et parmi les praticiens chamaniques

- Un rebouteux, ancien cycliste de l'équipe suisse, travailleur social
- Une praticienne de shiatsu et de différentes thérapies énergétiques, ancienne « tradeuse »
- La responsable pour la Suisse Romande de la *Foundation for Shamanic Studies* crée par Michael Harner, actuellement à la retraite
- 3 artistes dont un photographe ayant une carrière internationale, une artiste peintre, un graphiste
- Une infirmière
- Une journaliste

1.2.4 Trajectoire de vie

Chacun.e de mes interlocuteur/rice.s a accepté de donner son nom, mais j'ai bien entendu « anonymisé » les citations en employant la lettre « J » pour les analystes jungiens, la lettre « C » pour les praticiens chamaniques et la lettre « H » pour les praticiens d'hypnose. J'ai ensuite aléatoirement attribué un chiffre entre 1 et 8 à chacun.e. Voici maintenant quelques traits communs que l'on retrouve chez mes interlocuteur/rice.s quelle que soit leur pratique :

Plusieurs praticien.ne.s parlent de leur « enracinement ». Un des analystes me dit avoir grandi dans une famille qui habite le même village depuis 1300. Dans ce village ils portent presque tous le même nom. Une « néo-chamane » mentionne qu'elle a grandi dans une maison où la famille se succède depuis 350 ans. Trois praticien.ne.s d'hypnose et un « néo-chamane » parlent aussi du fait d'avoir grandi dans un village où la plupart des habitants ont un lien de parenté.

Pour la majorité de mes interlocuteur/rice.s, la nature et la liberté sont au cœur de leurs souvenirs d'enfance. Les yeux qui brillent, animé.e.s par les émotions rattachés à leurs souvenirs, ils me racontent : *On avait beaucoup de liberté, les enfants pouvaient aller dans la forêt. Un terrain de jeu incroyable. On nous foutait la paix* (J7) *De mai à août personne ne portait de chaussures, les routes n'étaient pas goudronnées* (C6). Ils/elles me font part d'une grande liberté : *On pouvait jouer jusqu'à ce que la nuit tombe dehors. Peut-être on devait rentrer pour manger. Mais c'était comme juste une parenthèse dans un truc immense. Aussi des moments où on pouvait se perdre dans la forêt, ou se vivre d'être seul, d'avoir peur… de confrontation à du plus vaste* (H2). *C'était illimité cet univers* (J2) *On était une génération d'enfants très libres, les parents étaient trop occupés* (C6).

Même ceux et celles qui habitaient en ville insistent sur ce *sentiment de liberté* lorsqu'ils parlent de leur enfance : *On était toujours en bande, on passait d'un appartement à l'autre. On vivait loin des adultes* (C4) De même pour C7, par rapport aux quartiers d'immeubles : *Contrairement à ce qu'on croit c'est le paradis, un immense terrain de jeux avec plein d'enfants de tous les âges. On faisait partie de gangs avec nos propres règles. On avait la possibilité d'être des bandits sans gravité* (C7). A l'inverse cependant, une analyste jungienne note que les grands immeuble de son enfance lui ont donné envie de liberté et même *de tout casser et de vraiment me*

déployer… « j'ai réalisé que j'avais un potentiel que je devais absolument utiliser parce que sinon ça devenait mortifère contre moi… et je pense que cette période où j'étais aussi extrêmement anxieuse… c'est que ce potentiel je ne pouvais pas l'utiliser, je ne pouvais pas l'employer encore… et ça c'est vraiment grâce à cette thérapie que j'ai pu me construire, me consolider de me dire… voilà maintenant je veux faire des trucs (…) *il fallait que je sorte de ce truc trop petit pour moi* (J4).

Comme 18/24 des praticien.ne.s ont grandi à la campagne, s'ils soulignent leur liberté, ils relèvent aussi les implications d'une vie agricole, notamment le fait de devoir aider sur la ferme chaque soir et le week-end. La voix baisse, les corps se recroquevillent un peu lorsque plusieurs mentionnent : *On avait parfois faim. On mangeait pour ainsi dire jamais de la viande, parfois les dimanches* (H1). Sur un ton qui m'interpelle, H6 me demande si je peux imaginer, aujourd'hui, qu'il a grandi, lui, dans une cuisine où l'on se chauffait encore au charbon. C6 relève que les ménagères n'avaient pas les facilités d'aujourd'hui. H4 me confie que la seule fois où il a vu pleurer son père c'est lorsqu'il a dû se séparer de ses vaches, contraints de vendre sa ferme. De même, lorsque H8 a eu sept ans, *mes parents ont vendu leur pauvre petite ferme pour acheter une ferme dans le Val de Travers. C'est les années 50. Ils passent à l'élevage. On n'avait pas de salle de bain* (H8).

Beaucoup me font part de divergences profondes, pour la Suisse de l'époque, entre les « cultures » dont sont issus leurs parents, de pays différents, suisse romand et suisse allemand, protestant et catholique, d'un milieu aisé et d'un milieu défavorisé, Plusieurs parlent aussi de problématique particulière en lien avec leur père colérique voire violent, dépressif, alcoolique, rigide et dur. En outre, 5 / 24 ont perdu leur père enfant alors que deux ont perdu leur mère.

Je relève, bien que cela ne puisse être considéré comme faisant partie du cours normal d'une vie, que chaque praticien.ne.s a traversé un moment de crise, suite au décès d'un membre de sa famille, d'un.e ami.e proche, d'un suicide. Suite à un accident ou à l'annonce d'une maladie ou à un événement choquant tel un attentat.

Mais le trait qui a le plus attiré mon attention - et sur lequel nous reviendrons au moment de l'analyse des entretiens - est la récurrence avec laquelle les praticien.ne.s rencontré.e.s sont les premier/ère.s de leur famille, les seul.e.s de leur village ou de leur quartier à accéder à des études supérieures. Un des acteurs, dans une voix où se mêlent

la fierté et la peine, me raconte : *A un moment donné le curé est venu à la maison. Et il a dit « Le Charles, il faut qu'il fasse des études » Et ça a été compliqué…* De même H8 relate : *Vous quittez votre famille et vous êtes toute seule dans une petite chambre pas chauffée à Bienne. Tous les autres sont chez leurs parents, notaires, médecins. Donc vous êtes complètement à côté… d'ailleurs j'avais les dents qui s'abîmaient je me souviens. Ça a fait pitié à mes amis, donc ils m'ont invité toutes les semaines à manger chez eux*.

A noter la « débrouillardise » est une qualité que je retrouve dans le discours des particien.ne.s. La façon dont ils/elles assument leurs études tout en trouvant les moyens de s'assumer financièrement, la poursuite de leurs rêves et de leurs idéaux quitte à vivre dans des conditions matérielles précaires.

Plusieurs femmes me font part des difficultés auxquelles elles ont été confrontées. H2 se souvient qu'elles étaient quatre ou cinq filles, accompagnées d'un parent à aller à une séance d'information chez la directrice. Elles n'avaient pas été très bien reçues. La directrice était contre la démocratisation des études. Elle leur signifiait que dans la vallée personne n'a jamais réussi une « *matu* »[24]. Ses parents étaient plutôt « empruntés », mais elle, elle l'a vécu comme une chance et même comme un petit challenge.

Les filles, à l'époque où j'ai fait des études, étaient un très petit pourcentage à l'Université de Lausanne. En médecine il y avait deux filles… (…) *Mais les filles paysannes n'existaient pas dans les statistiques… Ça c'était une impossibilité absolue sociologique* (H8). Je perçois la détermination qui n'a jamais cessé de l'accompagner lorsqu'elle me raconte, assise à son bureau, des centaines de livres sur les étagères derrière elle :

> *Moi je suis une petite fille qui rêve, je sais lire avant de rentrer à l'école. J'attrape tout ce qui me tombe sous la main pour lire. A la fois j'aime et je déteste le monde paysan. Ça veut dire j'aime la rêverie qu'il y a autour, la nature, j'adore les animaux. Mais pas comme ma sœur qui va à l'écurie ou mon frère qui bricole. Moi ce qui m'intéresse c'est de lire.* Lors de son premier jour

[24] En Suisse, la « matu » est l'abréviation de « maturité fédérale » qui correspond au baccalauréat français. En Suisse, une sélection s'effectue aux alentours le l'âge de 10-11 ans. Cette sélection ne permet environ qu'à un tiers des élèves de poursuivre des études jusqu'au niveau baccalauréat.

> d'école, elle a regardé la maîtresse et s'est dit « *je serai maîtresse d'école* » Je suis rentrée en disant « je serai maîtresse d'école ». *Mon père dit « on verra ça ». Les filles n'étudient pas, on n'en parle même pas. Les garçons non plus. Ce qu'il faut c'est trouver un bon métier. Si possible pas paysan, si possible secrétaire. C'est les années 50, le début des engrais dans les champs, le début des machines, le début de l'industrialisation mais ceux qui étaient trop pauvres n'arrivaient pas à s'acheter des machines. C'est très difficile. Moi je surinvestis l'école. Je suis encouragée par les profs à continuer les études. Mes parents disent qu'ils n'ont pas d'argent, je dis à mon père que je prendrai une bourse. Il dit « non jamais, nous on n'est pas des esclaves, on n'est pas des assistés* . Elle s'arrange pour avoir une consultation chez le psychologue à Neuchâtel *pour qu'il convainque mes parents de me laisser étudier.* Elle raconte qu'elle voit encore ses parents, son père avec les bras derrière le dos qui écoutait… *et le psychologue qui disait, il faut que cette jeune fille fasse des études. Ils sont à la fois tout rouges et tout fiers. Se demandant bien comment ils vont faire. Ils vendent la ferme*. Elle finit les lettres à Lausanne en 1971.

De même, lorsque J2, dans le cabinet où elle reçoit les enfants, entourée de figurines pour le jeu de sable et de jouets, relate :

> *J'étais la première du village à faire une maturité. La première du village à faire cette trajectoire. J'aimais l'école, j'aimais apprendre. J'ai eu du plaisir à aller à l'école, même si je devais marcher cinq kilomètres pour arriver à l'école. Le matin, en hiver, à six ans c'était dur. Plus tard, il y a eu des bus le matin. Encore plus tard des bus pour rentrer. A dix ans, en Autriche, il y a la question « gymnase » ou école secondaire. J'aurais pu aller au gymnase. Mais mes parents m'ont dit non. Pour une fille c'était pas utile car après j'allais se marier et avoir des enfants. Ça n'avait pas de sens pour une fille.* Mais elle, elle, voulait continuer à apprendre. Elle a fait une école professionnelle. *C'était une école pour fille, cuisine, couture, comment soigner les bébés. Les métiers de la mère. Aussi le jardinage et comment s'occuper des animaux*. Elle a 15 ans. Pendant cette année-là, elle ne sait pas exactement ce qui s'est passé. *Ce n'est pas venu de l'entourage*. Mais elle s'est dit « *non il y autre chose pour moi* ». Elle ne sait pas d'où elle a senti ça mais elle a voulu changer de direction. Elle voulait faire la maturité.

Discrète, nuancée, la colère pointe néanmoins lorsqu'elle évoque les limites auxquelles elle a dû faire face parce qu'elle était une fille. Mais c'est avec un sourire malicieux qu'elle m'explique comment

> elle a trouvé une école à Vienne, une école d'économie pour femme. Il y avait toutes les branches normales pour la maturité mais en plus la comptabilité, la gestion des grandes cuisines. Elle est allée à Vienne faire cette école pendant cinq ans. Elle revenait le week-end travailler à la ferme. *C'était clair qu'il fallait travailler car mes parents payaient l'internat. Une école dans la grande ville. C'était quelque chose pour moi, venant d'un petit village. Ce qui m'a vraiment plu dans cette école, très vite c'est la littérature » et aussi plein de choses comme l'histoire, les branches littéraires. Ça s'est bien passé. A la fin, les étudiantes avaient la maturité et une maturité dans les domaines pratiques. Lors de l'examen, on devait faire la cuisine avec cinq personnes qui aident, pour tout l'internat, deux-cents personnes. Ça devait être prêt à midi. C'était ça l'examen. Tout ça était exigé, juste parce qu'on était des femmes.* Ses parents voyaient que ça lui plaisait, qu'elle réussissait et étaient contents pour elle mais sa mère restait toujours très sceptique. *Ces aspects qui n'étaient pas du domaine pratique, ça lui faisait peur. Peur qu'elle dérape dans quelque chose. Peur que ça dérape vers quelque chose qui n'avait plus de sens pour elle.* Elle voulait faire des études à l'université. Tout le monde l'a découragée. *Si au moins elle faisait quelque chose comme la biologie, mais les philosophes, ils sont tous devenus fous*. Elle était néanmoins têtue, a dit qu'elle se financerait. Elle a habité avec une amie.

Une autre constante est le sentiment d'être « différent.e ». Alors que mes interlocuteur/rice.s me font part de leur vécu singulier, leur corps tend à mimer une certaine maladresse, le malaise de celui ou celle qui ne sait pas trop où est sa place, quelle contenance adopter :

> *On était très différents, si tu veux, on ne se reconnaissait pas du tout dans ce milieu paysan, au milieu des autres jeunes qui étaient là* (J7).

> *Je me sentais gauche, maladroite, j'avais des difficultés à entrer en relation. Quand je suis arrivée en ville pour le collège, je n'arrivais pas à me faire des amis. C'était une grande école, il y avait beaucoup de classes, c'était très*

> *impressionnant. Je ne parlais pas le même français que les autres de la ville. Je ne comprenais pas certains mots. Heureusement, j'étais très bonne élève. Au moins j'avais du plaisir dans mes études. Mais le fait que je sois appréciée des adultes m'éloignait encore plus des autres élèves* (J5).
>
> *Comme j'étais une des seules du village à faire la matu., je n'avais plus les mêmes copains. J'étais vue comme différente. Je n'osais plus aller au bistro du coin. J'avais un retour plutôt négatif du collectif* (H2).

Le fait de « se sentir différent » pouvait aussi être en lien avec un déménagement (se sentir « étranger »), un trait physique, un surpoids, une maladresse, une orientation sexuelle, la langue, une composition familiale atypique, d'une position particulière au sein d'une communauté religieuse. Certains parlent d'une époque où l'on ne diagnostiquait pas les troubles en lien avec soit la dyslexie, la dyspraxie, le Haut Potentiel, mais soupçonnent qu'à l'heure actuelle ils/elles seraient diagnostiqué.e.s comme tel.le.s Plusieurs me font part de difficultés en lien avec la filiation soit symbolique, soit réelle dans le cas d'une des pratiques adoptées, des difficultés à se sentir ensuite « légitime » dans leur vie d'adulte.

La plupart de mes interlocuteur/ric.es se reconnaissent comme s'étant investi.e.s dans une quête spirituelle depuis très jeunes, avoir été déçu.e.s par la religion, avoir exploré plusieurs spiritualités alternatives, mais retenons que pour ainsi dire tous affirment aujourd'hui avoir trouvé une réponse à leur quête dans les pratiques (qui font l'objet de cette recherche). Des pratiques qui les passionnent.

Tous les praticien.ne.s rencontré.e.s ont fait un à plusieurs séjours prolongés généralement dans plusieurs pays, que ce soit au cours de leur enfance, pendant ou à la fin de leurs études, en tant que fille au pair, seul.e, en couple ou en famille, dans un cadre privé ou pour des raisons professionnelles. Beaucoup ont vécu ou vivent encore dans des formes variables d'habitat communautaire. Un grand nombre de mes interlocuteur/rice.s sont ou ont été investi.e.s dans des activités militantes.

Les yeux, les voix, les corps, vibrent des idéaux qui ont animés leur jeunesse et qui les animent toujours dans leurs appartements aujourd'hui plus douillets, décorés avec goût. Ils s'estiment privilégiés d'avoir pu vivre cette époque.

> *Ici dans les années 65, on a créé des groupes d'étudiants militants, avec les fils des notables de la région. C'était des gens intelligents qui pensaient entre les*

disciplines. Entre 65 et 71 il y a 68. Je fais partie des leaders. Je suis la fille du groupe des mecs qui sont les leaders du courant trotskyste, des étudiants progressistes et tout ça. Donc on est en plein… on se saisit de… on crée des cours à l'uni et des contre cours. C'était une période très intense, très féconde (H8).

Cette époque, c'est les trente glorieuses, c'est le plein emploi, dès qu'on veut commencer un petit boulot, on peut commencer. Mai 68 m'a beaucoup influencé. J'avais dix-huit ans. Au gymnase, on était en ébullition. Je faisais partie d'un groupe d'étudiants et de profs qui étaient sûrs qu'ils allaient changer beaucoup de choses. C'était assez jouissif. Il y avait une ouverture intellectuelle. J'étais aussi très militante. J'étais dans un syndicat, même au niveau national. Tout était interconnecté. Les amitiés, les relations, les gens avec qui on habitait, avec qui on militait. C'était dense. Je me définissais comme chrétienne-marxiste. Mon mari était révolutionnaire marxiste léniniste (J1).

J'ai retrouvé une famille mais… les fumeurs de joints… baba peace and love, à St-Laurent… c'était un peu toute une époque… on a beaucoup fumé mais réussi les examens. J'étais à fond dans le milieu alternatif… je vivais encore chez mes parents…Avec Jean Marc Richard on faisait la première émission quotidienne sur Radio Acidule. Puis j'habite à l'ALJF (squat, contrat de confiance). *C'était des supers moments, plein de jeunes, plein d'idées, on faisait plein de choses* (C7).

On arrive en 2001 au Mexique, pendant la marche zapatiste. Il y avait cet esprit révolutionnaire, nous on avait ce côté militant, envie de changer le monde, issu de toutes ces discussions de squat, de toute cette mouvance alternative lausannoise, On avait fait plein de manif. Donc tu tombes là dedans, où il y a des gens qui traversent le pays, qui ont pris les armes pour leurs idées. Fin tout à coup t'es complétement ébahi. Le Mexique c'est une culture. Enfin moi ça m'a enthousiasmé (C4).

On faisait partie des jeunes politisés. On écrivait à la presse, on allait rencontrer la municipalité, faisait des manifs parce qu'un contrat de confiance se terminait, etc. (C4).

> *J'ai beaucoup voyagé, pour présenter des boulots personnels* (en tant que photographe). *Pour dénoncer l'exploitation et les conditions de vie des migrants, pour mettre en valeur le travail d'agriculteurs bios, en contraste avec la culture hors sols etc*. (C3).

1.2.5 Un réseau d'acteur/rice.s[25]

On retrouve dans ces témoignages un grand nombre de points communs. Comme je le relevais en introduction, il s'est avéré, au gré de mes rencontres que plusieurs de mes interlocuteur/rice.s se côtoyent, personnellement et professionnellement, par-delà les limites arbitraires des pratiques. De même, il est courant qu'un.e praticien.e rencontré.e dans le cadre de cette étude par rapport à une pratique spécifique, soient également « initiés », « formés » aux autres pratiques, auxquelles ils/elles peuvent aussi recourir, voire même les associer dans le processus thérapeutique.

Par exemple deux praticiennes d'hypnose « colorent » le travail thérapeutique qu'elles proposent avec des éléments du « néo-chamanisme ». L'une d'elle me raconte : Dans le chamanisme) *On danse l'animal pour de vrai… mais on peut danser l'animal en transe* (hypnotique)… *on peut être en transe immobile et être en train de danser l'animal ou on peut se lever et acter l'animal*. D'ailleurs, ajoute-t-elle *Souvent dans les transes hypnotiques on va retrouver des grands classiques des grandes techniques chamaniques… recouvrement d'âme, vol d'âme, toutes ces choses-là*… Parmi les « néo-chamanes », lorsque l'une d'elle me décrit sa façon d'inviter les personnes qui la consultent à *fermer les yeux et d'entrer dans ce rêve et de me dire ce qu'il s'y passe* » et qu'alors c'est elle qui « *suit le rêve de la personne*. On est très proche de l'accompagnement hypnotique tel qu'il m'est relaté par les praticien.ne.s d'hypnose rencontré.e.s.

Au sujet du lien entre l'hypnose et la psychologie jungienne, deux hypno-praticiens et une analyste jungienne font clairement le rapprochement. Ils évoquent le travail à partir des rêves développés soit en autohypnose, soit en imagination active. Selon Smith (2007: 145), il semble que Jung lui-même, dans un essai sur l'inconscient, mentionne le chamanisme et l'hypnose comme précurseur de la psychologie analytique. Jung conçoit le « magnétisme animal » (aussi appelé « mesmérisme » avant d'être nommé

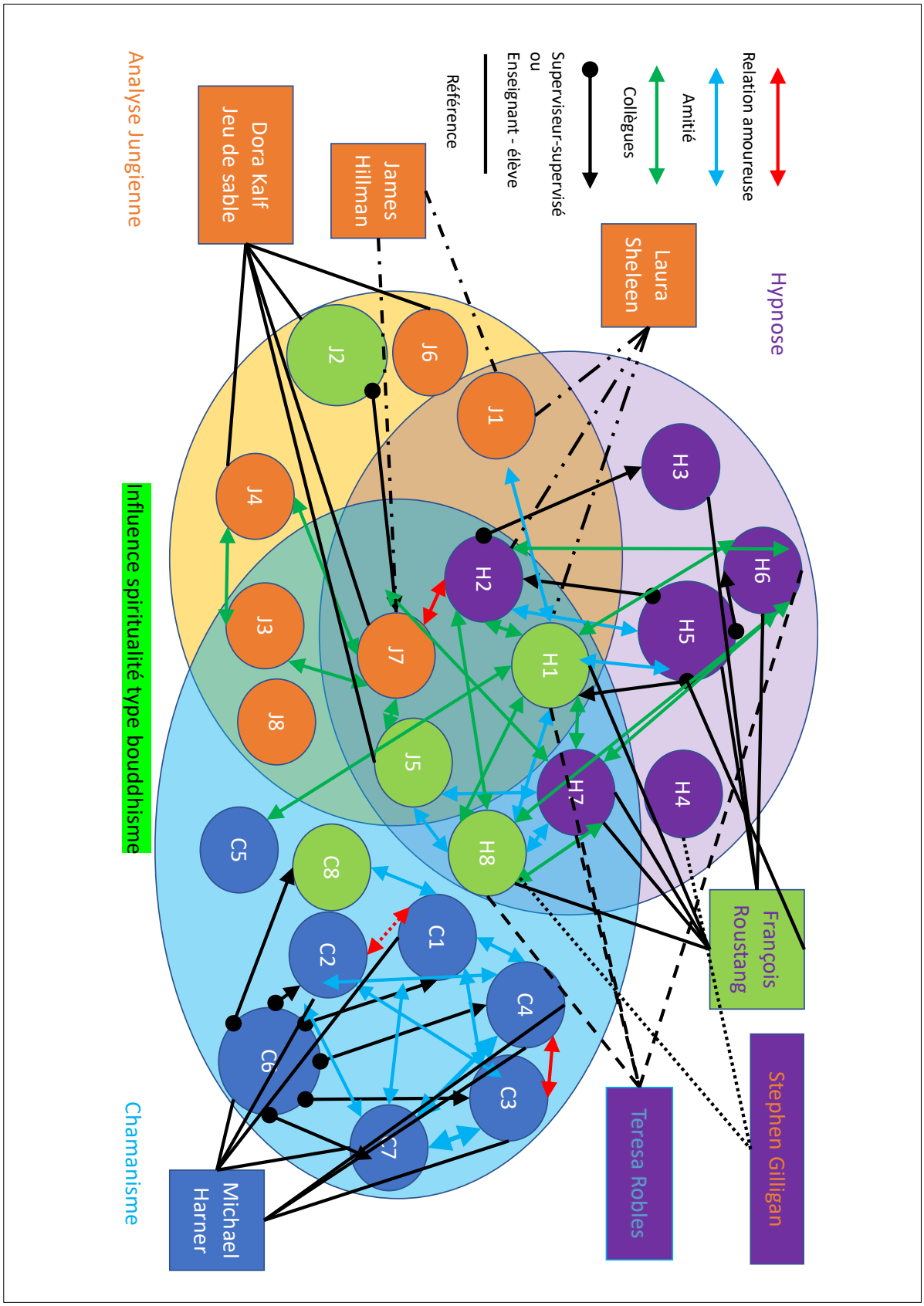
---

[25] Représentation graphique de ce réseau d'acteur/rice.s, p.51

« hypnose » par la psychiatrie moderne) comme une phase de transition historique, à la fin du 18e siècle, entre les pratiques archaïques telles que le chamanisme et les pratiques modernes comme l'hypnose ou l'imagination active.

Pour Roustang, « Même si l'on fait remonter au chamanisme ses premières manifestations (les manifestations d'hypnose), on ne saurait y voir un phénomène archaïque. Il est actuel parce qu'il est aussi ancien que l'homme, même si les formes qu'il a prises ont été marquées par les temps et les cultures. » (2003 :11-12). Sur la base d'études comparant des d'électroencéphalogrammes, Overton écrit "*Several EEG studies of hypnotic trance which monitored brain wave activity prior to, during, and slightly after hypnotic induction, revealed virtually indistinguishable results when compared to the effects of monotonous drumming on the EEG*" et il souligne que dans ces pratique aussi "*both are achieved and cultivated by identical imagining or visualization technique*" (Overton, 1998: 164). Gagan (1998), psychothérapeute chamanique relève quant à elle que lors d'un « voyage chamanique », elle observe les mêmes modifications physiologiques caractéristiques « *une détente des muscles faciaux, des mouvements oculaires rapides, une voix qui baisse en volume et qui ralentit* » (Chambon, 2012 : 82).

Après avoir décrit dans le chapitre précédent ce qui faisait la spécificité des pratiques étudiées telles qu'elles sont envisagées par les acteur/rice.s rencontré.es, après avoir présenté quelques traits communs et particuliers de mes interlocuteur/rice.s, le prochain chapitre va aborder la méthode qui sous-tend cette recherche.



Réseau d'acteur/rice.s

1.3 Méthode

1.3.1 Les entretiens

Dans le cadre de ma recherche, j'ai rencontré les vingt-quatre praticien.ne.s présenté.e.s au chapitre précédent à trois reprises. J'ai enregistré chacun des entretiens « non – directifs ». Avant le premier entretien, j'avais posé la question par mail à chaque praticien.ne afin de savoir s'il/elle acceptait de me faire part de « l'image visualisée en état de conscience modifié qui a eu le plus d'impact dans votre vie ». Nous verrons que j'en suis peu à peu venue à ne plus employer le terme d'« état de conscience modifié » et à ne plus considérer l'image en soi comme fondamentale mais plutôt le fait de pouvoir recourir aux images.

Le deuxième entretien portait sur la trajectoire de vie de chaque acteur.rice et finalement, le troisième entretien était consacré au recours aux images dans le cadre « thérapeutique ». C'est dans le cadre de cet entretien que j'ai proposé d'une part de valider les étapes communes que j'avais identifiées dans le déroulement des séances au sein des différentes pratiques, d'autre part de structurer l'entretien autour de ces étapes, soit

1) la définition de l'intention du travail thérapeutique de la séance
2) l'induction de l' « état de conscience modifié »
3) l'expérience vécue en « état de conscience modifié »
4) le temps d'échange après l'expérience en « état de conscience modifié »
5) les éventuel.le.s suggestions post-hypnotiques ou actes thérapeutiques

Ma recherche porte donc sur les récits des praticien.ne.s. Qu'il s'agisse du récit sur leur vécu en tant que patient ou en tant que thérapeute, sur leur pratique de thérapeute ou sur le discours rapporté de leur.s patient.e.s. C'est pourquoi la partie ethnographique comporte un grand nombre de citations. Les citations des praticien.ne.s, comme mentionné dans la note préliminaire, sont toujours rapportées en *italique sans guillemet*.

J'inclus dans mon terrain de recherche les ouvrages des auteurs de référence des praticien.ne.s, notamment les ouvrages de François Roustang, Teresa Robles, Thierry Melchior, James Hillman, Carl Gustav Jung, Michael Harner, Oliver Chambon, et Alejandro Jodorowski.

1.3.2 Ethnographe « Insider »

Je considère mon propre parcours comme un terrain préalable bien que je ne m'y réfère pas explicitement. Ce parcours est constitué de différentes formations en hypnose, ainsi que d'une pratique en tant qu'hypnothérapeute[26]. J'ai également suivi les cours d'hypnologie et en neurosciences de l'hypnose, dispensés en ligne par l'ARCHE. J'ai participé à plusieurs stages de « néo-chamanisme » dans le cadre de la FSS ainsi qu'à des cérémonies moins officielles. J'ai une expérience de l'analyse jungienne et de la thérapie par le jeu de sable en tant que patiente. J'avais par ailleurs rédigé un mémoire[27] de fin d'étude à la Haute École de Travail Social portant sur des ateliers d'expression symbolique auprès de jeunes en prison. Mes deux années de psychologie (à vingt ans d'intervalle) ainsi que les cinq ans d'enseignement intensif de « Zen pour l'occident » selon Karlfried Graf Durkheim dispensé par Jacques Casterman[28] font également partie de mon background.

Au vu d'une part, de mes liens avec les praticien.ne.s rencontré.es, et d'autre part, de mon implication dans les pratiques étudiées, il me semble important d'aborder la question de la position de l'ethnologue lorsqu'il est « insider » (Muller, 2010). Si, certains considèrent que la position d' « insider » comprend des dangers, notamment par rapport à la « mise à distance de l'objet ethnographique », et la prétendue « objectivité scientifique », c'est là postuler « une appartenance monolithique à une culture ou à un milieu » et ne pas tenir compte des « compétences opératoires dans des champs spécifiques ». « Robert Merton, en 1972 déjà, pointait le fait qu'une conception voyant dans les chercheurs des *insiders* ou des *outsiders* absolus reposait sur une « notion tristement simple de l'identité et des statuts » (1972 :22, traduction d'Alain Muller). Il ne faut pas négliger que le chercheur/la chercheuse évolue « déjà, au moins et par défaut, dans deux mondes parallèles : le monde de « tous les jours », qui repose sur un savoir ordinaire et le monde académique (Narayan, 1997 : 23-24) et que la réflexivité, soit la capacité d'adopter un double point de vue, est une capacité humaine

[26] Formation généraliste à l'institut d'hypnose thérapeutique, avec Denis Jacquard suivie de différentes formations continues (hypnose archétypique avec Lise Bartoli, hypno-naissance, hypnose pour accompagner les enfants, autohypnose).
[27] GLAUSER Elodie, 2001, *Le symbole comme médiateur : un atelier d'expression symbolique sur le thème du conflit auprès d'adolescents délinquants*, Lausanne : Ecole d'Etudes Sociales et Pédagogiques
[28] http://www.centre-durckheim.com/v2/voie.html (consulté le 30 novembre 2019)

fondamentale. Par ailleurs, comme le détaille Alain Muller (2010), cette position d'*insider* a des avantages. En effet, toute étude ethnographique commence par l'apprentissage des référents communs du groupe étudié. Lorsque l'apprentissage de ces référents communs précède le terrain cela permet de gagner du temps et ouvre bien des portes de par la confiance que cela génère.

Je pense que mon statut d'« insider » a effectivement joué un rôle important dans la qualité des échanges fondés sur la confiance. Comme le relève un de mes interlocuteurs, alors que nous nous entretenons en fin de journée dans un café lausannois branché :

> *Le cadre de ce qui se passe avec toi était déjà posé il y a des années... Si t'étais arrivée comme quelqu'un que je n'ai jamais rencontré, j'aurais pris beaucoup, beaucoup, plus de précautions personnellement. Pis, bon je te regarde... je vois comment tu es... cette question est évidemment très importante pour moi.(...) Le côté précieux et intime c'est extrêmement important... et pis je sais un*
>
> *peu ce que t'as fait...* (H1)

De même, confortablement installées dans les fauteuils et canapé de son salon, à peine l'enregistreur enclenché, H2 me dit avec un peu d'excitation :

> *Depuis que tu m'avais présenté de façon très large ce que tu faisais… pour moi c'était déjà le début de quelque chose… sans que je réfléchisse trop… dans les jours qui ont suivi tout à coup c'était là… et puis je m'attendais pas… comme je m'attendais pas je l'ai prise* (l'image qui est venue et qu'elle me partage)*… et puis c'était pas dans le cadre de mon travail c'était vraiment dans ma vie personnelle… dans le cadre de ma vie personnelle et même très personnelle*… (H2)

Ou encore, après un long échange ponctué par un voyage au tambour, alors que nous partageons un thé avant d'aller nous coucher, assises en tailleur sur les coussins du salon :

> *Tu vois si j'étais pas dans la confiance comme ça… je t'aurais pas parlé de mon guide comme ça… parce que non quoi... c'est beaucoup trop intime… je te livre, je te donne trop… je te parle de mon âme* (…) *c'est un don… que je te fais… c'est un don parce que c'est vraiment quelque chose de vachement précieux pour moi… et puis c'est ça qui est venu… et puis moi j'étais un peu là « vraiment ? » et puis « oui » donc… après c'est de faire confiance…* (C4)

> *Voilà ça reste un cercle restreint avec qui on peut partager ça* (C8).

Plusieurs praticien.ne.s soulignent le caractère délicat de ce qui est partagé au cours de nos échanges :

> *Moi, toute ma vie j'ai eu peur d'être folle… parce que c'est quand même pas normal… par exemple pour ma mère qui était très… religieuse, très protestante, c'était absolument pas normal, c'était quelque chose qui était plutôt diabolique…* (J8)

Tout comme C7 affirme sur un ton humoristique, un brin provoquant :

> *mais n'importe qui, qui, écoute ça il se dit « t'es cinglée quoi… potentiellement t'es totalement cinglée… » merci les barrés du chamanisme* (C7).

Il y a aussi la dimension intime, du voyage, de la relation au guide, à l'animal de pouvoir :

> *une relation est.. que si j'essayais de.. c'est très intime et… c'est un peu comme les autres choses les plus intimes de sa vie on n'a pas envie de la raconter tu vois ?* Me dit C6 après m'avoir accueillie dans sa grande maison sur la côte.

> *il y a un truc sacré, il y a un truc… sans faire dans l'effrayant… si moi je prends maintenant une image, par exemple une image de soin que j'ai, et que je te la donne… c'est pas que j'ai pas confiance en toi… mais je ne sais pas très bien comment elle se modifie… avec ça quoi...* (C7)

> *tu vois c'est hyper intime quand même de raconter un voyage chamanique… tu parles quand même…* (C4)

> *Pour moi l'image touche à l'intime, même au plus intime… et au sacré du coup…* (J7)

Ces témoignages mettent en exergue l'importance du climat de confiance pour pouvoir partager sur ces sujets. Par conséquent, je pense que dans ce contexte ma position d' « insider » a été bénéfique (même si elle n'a pas facilité « la mise à distance de l'objet ethnographique »). Par ailleurs, ma connaissance des pratiques nous a permis de partager des moments de transe parfois intentionnels – trois praticiennes « néo-chamanique » ont proposé de répondre à ma question de l'image *en tapant le tambour* – et parfois de transe spontanée. En effet, nous verrons que plus on pratique les « états

de conscience modifié » plus c'est un « mode » qui peut « s'enclencher » facilement (lorsque c'est approprié) :

> *Je sens que par exemple quand on a une qualité d'échanges comme ça, il y a une connexion avec cette énergie… très forte (…) Je sens que là, on est justement dans un moment… quand on parle comme ça, on est dans un entre deux… je le sens… souvent après il me faut du sucre physiquement, parce que je sens qu'il y a cette chaleur-là qui s'active en moi, le corps qui commence à…*, relève J3 avant que je reparte prendre mon train.
>
> *Est-ce que vous êtes en transe ?* me demande H6 sur un ton presque de défi.
>
> Avant d'ajouter avec beaucoup de douceur, peut-être même de la tendresse :
>
> *Moi je le suis en tous cas…* (H6)

Ces expériences nous ont amené.e.s à très souvent partager des moments émouvants

> *ce qu'on a vécu ensemble…* note H4, alors que je crois deviner des larmes au coin de ses yeux… *c'est comme si les rôles s'étaient inversés et que toi tu avais fait ce que moi je fais habituellement en séance... et c'est ça que je cherche quand je reçois quelqu'un c'est de pouvoir essayer d'aller à la rencontre de ce qui est vraiment vivant en elle* (H4).

De manière générale, les praticien.ne.s relèvent avoir apprécié les rencontres :

> *C'était très agréable… j'ai eu une journée très difficile donc ça m'a permis de relativiser ma journée donc je vous remercie…* me dit J8 avec un regard appuyé.
>
> *En tous cas t'as laissé beaucoup de place pour le récit et c'est plus que des questions ouvertes… c'est vraiment… une grande grande ouverture… c'est très précieux ton accueil…* souligne H2 alors que nos yeux semblent se perdre dans la profondeur l'une de l'autre.
>
> *Je dois dire que ce matin j'étais un peu fatiguée pis avec cette patiente et tout… mais je vois que ça me nourrit, ça me donne de l'énergie…* relève J3 avant de s'étirer

A la fin de plusieurs entretiens, le/la praticien.ne et moi-même avons les larmes aux yeux, touché.e.s par l'intimité et la beauté de l'échange. H6 me dit que nos rencontres

lui ont fait faire un travail personnel. H8 mentionne qu'elle est touchée que je demande *des choses comme ça aux gens*, que j'ai *du culot de faire cette thèse* et qu'elle est *presque jalouse*, qu'elle aurait aimé oser faire une recherche sur un sujet comme celui-là. Elle souligne qu'elle est heureuse que les choses changent, qu'en tant que femme je puisse écrire sur un tel sujet.

1.3.3 Une ethnographie des récits

Généralement l'ethnologue, dans son journal de terrain, consigne des observations, une description minutieuse des contextes, des relations, des objets, des actions, etc. Le fait que mon ethnographie se limite à des récits s'inscrit dans une démarche anthropologique particulière. Par ailleurs, en raison de la réflexivité de mes interlocuteur/rice.s et de mon implication personnelle dans des pratiques similaires, je ne peux que considérer mes interlocuteur/rice.s comme des collaborateur/rice.s Ma recherche est, dans une large mesure, une co-production d'un savoir anthropologique.

Or si toute analyse ethnologique est une reconstruction, un bricolage, à partir des données ethnographiques collectées, le récit a encore ceci de particulier qu'il est en soi une reconstruction des acteur/rice.s, qu'il comporte nécessairement des oublis, une sélection narrative, des erreurs, voire des mensonges... Mon analyse est donc une reconstruction de reconstructions, une interprétation d'interprétations.

1.3.4 Analyse de récits

J'ai d'abord procédé à l'analyse des entretiens selon la théorie ancrée (ou *Grounded Theory*) de Glaser et Strauss (1967). C'est-à-dire que j'ai « codé » par « catégorie » les éléments clés récurrents. J'ai affiné ces catégories et les liens entre ces catégories en relisant six à sept fois les plus de mille pages retranscrites, dans un « aller-retour » avec mes lecture anthropologiques, sociologiques et de sciences cognitives.

2. Rationalisations thérapeutiques d'expérience indicible

Cette troisième partie est entièrement consacrée à la présentation de mon analyse des récits de mes interlocuteur/rice.s. Je m'appuie essentiellement sur des citations pour vous présenter le processus thérapeutique qui ressort de la mise en commun des récits des 24 acteur/rice.s concerné.e.s. Ainsi nous verrons tout d'abord l'importance accordée à *l'attention* portée *aux perceptions* (chapitre 3.1). Puis je ferai part du vécu *induit* par *cette attention aux perceptions*, tel qu'il m'a été relaté (chapitre 3.2). Il semble que ce vécu soit à la fois *induit* par *l'attention aux perceptions* mais aussi par un double *positionnement psychique* (chapitre 3.3). Ce vécu prend place dans un *espace* que les praticien.ne.s qualifient de *symbolique, transitionnel, psychoïde* (chapitre 3.4). Dans cet *espace*, une *polyphonie* (plutôt qu'une identité) s'exprime. Il s'agit d'accueillir cette *polyphonie*, notamment les voix que l'on souhaiterait ignorer ou supprimer. Il est question d'apprendre à *porter les conflits*, à *supporter les antagonismes* et *paradoxes* (chapitre 3.5). Les deux chapitres suivants sont consacrés à *l'intervention* d'un *tiers* (chapitre 3.6) et aux relations développées avec ce *tiers* (chapitre 3.7). Il semble que le processus présenté dans ces sept sous-chapitres facilitent une transformation, une nouvelle appréhension de la situation ayant amené le/la patient.e à consulter (chapitre 3.8). Ces huit points se retrouvent dans toutes les pratiques, bien évidemment avec des formes très variées. Les divergences qui existent portent plus sur le statut des images, de *l'espace symbolique*, des *tiers*. Comme je l'ai mentionné, les praticien.ne.s rencontré.e.s font partie d'un « réseau d'acteur/rice.s », dès lors je dois souligner que les divergences identifiées sont minimes en regard de celles que je présuppose si l'on devait prendre un échantillon plus vaste de représentants des différentes pratiques étudiées ici. Dans ce réseau d'acteur/rice.s, à quelques exceptions près, les thérapeutes s'accordent sur le statut de « présentation » et non de « représentation » des images (chapitre 3.9). (J'ai supprimé ici ce qui correspondait à la présentation des chapitres supprimés : les chapitres 3.10, 3.11 et 3.12)

2.1 *L'attention aux perceptions*

Dans ce premier chapitre, je m'intéresse à l'importance que les acteur/rice.s rencontré.e.s accordent à *l'attention portée aux perceptions*. Je passerai en revue les différentes facettes de cette *attention aux perceptions.* Tout d'abord dans la description détaillée d'une situation qui amène le/la patient.e à consulter ou dans la description d'un rêve. Nous verrons ensuite que, généralement, le processus thérapeutique se poursuit par l'invitation à porter une attention soutenue aux perceptions du contexte élargi. De même, l'attention se porte sur les perceptions au sein de la communication entre le/la patient.e et le/la praticien.ne. Mes interlocuteur/rice.s indiquent que cette attention aux perceptions amène un point de vue dynamique qui permet de mettre en valeur le fait que tout change en permanence. Dans ces circonstances, le rôle du/de la thérapeute est d'accompagner le processus, le changement, sans savoir à l'avance où il va aboutir.

❊

Ainsi, au sein des trois pratiques étudiées, *l'attention aux perceptions* est un paramètre important. Selon H5, l'hypnose se résume même à cette *attention aux perceptions* :

> (…) *il n'y a pas d'autres choses nécessaires à cela. Si une personne est attentive à ses perceptions, elle va rentrer tout de suite dans une expérience que nous faisons tous plusieurs fois par jour ou même… beaucoup plus qu'on ne le croit… et d'être absorbée dans un monde perceptif…* affirme H5 qui me fait face dans son grand bureau. *Et ces perceptions ce sont n'importe lesquelles, c'est leur douleur s'ils viennent avec une douleur mais ça peut être la luminosité dans la pièce, le son de la voix, c'est égal mais c'est dans l'univers perceptif.*

Il importe de rappeler que, dans le cadre d'une recherche sur les images et l'imagination, selon les sciences cognitives et la phénoménologie, les perceptions et l'imagination ne peuvent que difficilement être considérées séparément. Nos perceptions sont déterminées par notre imagination et réciproquement notre imagination se fonde sur nos perceptions (Varela et Depraz, 2001: 202-203). L'imagination ne serait du coup que l'activation de nos perceptions en dehors de l'environnement générant ces perceptions. Il s'agit là d'un aspect majeur de l'imagination. Le lien entre perception et imagination, comme nous le verrons, se trouve au fondement de chaque pratique.

2.1.1 *Attention aux perceptions* et descriptions détaillées

Tout d'abord les praticien.ne.s demandent aux patient.e.s de décrire de manière détaillée leur vécu. H4 relève qu'il ne peut pas accompagner une personne dans ses difficultés sans qu'il n'ait pu au préalable tenter de ressentir avec ses propres perceptions ce que la personne vit. Il m'explique dans l'intimité de son cabinet à quelques pas du lac :

> *Quand cette personne vient me voir, ce qui m'intéresse, c'est « apprenez-moi à ne pas avoir le choix comme vous » ça ne m'intéresse pas de vous traiter dans un premier temps. Ça ne m'intéresse pas de savoir ce que je vais faire avec vous car je ne sais pas quoi faire. Pour que je sache quoi faire, il faut d'abord comprendre comment vous fonctionnez. « Apprenez-moi à avoir le même problème que vous »* (H4)

> *Le but est de ressentir, de voir comme la personne sans passer par mes propres filtres. Et si je me rends compte que je n'y arrive pas, c'est que trop souvent, il me manque un élément. Si la personne me dit « je me sens bien ». Si je ne veux pas utiliser mes propres filtres, comment je dois me sentir bien, je n'arrive pas à me sentir bien si je n'utilise pas mes propres filtres. Maintenant si la personne me dit « pour te sentir bien tu dois sentir le souffle de la vie traverser ton corps », ok, là je commence à pouvoir le faire. « Ce souffle je le sens passer lentement ou rapidement ? »* (H4)

H4 emploie le terme de « phénoménologique » pour décrire cette approche ericksonienne qui consiste à apprendre à ressentir comme la personne :

> ***Ce qui intéressait Erickson**, ce n'était pas le problème mais c'était la personne. Et ce qui l'intéressait tout particulièrement, **c'était comment la personne fonctionne**. D'où le terme d'**approche « phénoménologique ».** L'approche qui consiste à **comprendre comment la personne fait l'expérience de la vie**, comment elle vit,* explicite H4 légèrement bercé par les mouvements de son siège Ikéa.

Plusieurs thérapeutes recourent au concept « phénoménologique pour décrire leurs pratiques en lien avec la description des perceptions :

> *Moi ce dont j'ai besoin je peux vous le dire, c'est d'avoir le paysage de la personne (…) une observation phénoménologique, on va dire ça comme ça, une peinture…* spécifie H8 en dirigeant son regard vers un des tableaux de la pièce.

H8 recourt également à la notion de « mimétisme » pour décrire cette tentative de « ressentir comme la personne » :

> *Je « mimétise », il y a du mimétisme… du mimétisme dans un sens puis après l'autre, puis après l'autre… et cette notion du mimesis on va la retrouver de nouveau dans le chamanisme… moi je l'ai apprise avec le japonais parce que eux ils utilisent ça fondamentalement culturellement…* rajoute H8 en laissant son stylo griffonner quelques formes sur la feuille devant elle.

On retrouve aussi cette idée de *mimétisme*, de *se mettre dans la situation de la personne* grâce aux détails, à *l'attention aux perceptions* chez les jungien.ne.s

Alors qu'elle me reçoit dans son cabinet au cœur de la ville, J8, analyste jungienne, décrit :

> *Souvent je demande des exemples… donc quand elle me dit « telle personne réagit de telle façon… » je vais demander des exemples… des exemples de comment ils réagissent donc pour pouvoir essayer de me mettre dans les situations avec eux.*

2.1.2 *Attention aux perceptions* élargie au contexte

Dans un deuxième temps, l'attention du/de la praticien.ne et du/de la patient.e ne se portent plus sur les perceptions en lien avec la problématique qui amène le/la patient.e à consulter mais sur les perceptions présentes dans l'instant. Pour H1, *tu te trouves dans un espace où tu remets les sens en éveil*. En hypnose, l'attention portée aux sensations, aux perceptions pour induire l'état hypnotique est une « technique » de base, enseignée comme telle.

> *C'est des techniques très fines de mettre la personne dans sa sensorialité première, dirait Roustang,* me dit H8 en faisant encore une fois référence aux innombrables connaissances théoriques qui étayent sa pratique longue de plusieurs décennies
>
> *On scanne tout le temps ses cinq sens, et on essaye vraiment d'approfondir la transe, en prenant ce qui vient en premier, d'élargir le spectre de la perception*

> *de ce qui se passe…* décrit H7 alors que mon propre regard se perd dans les pointillés du tableau aborigène qu'elle a ramené d'Australie et qui occupe une grande partie du mur principal de son cabinet.

Dans le cadre des pratiques néo-chamaniques et de l'imagination active, l'attention aux perceptions est moins explicite mais néanmoins présente. Ainsi plusieurs praticien.ne.s du jeu de sable décrivent :

> *D'abord on dit toucher le sable, c'est quelque chose de très… qui induit déjà une certaine… comment dire… on relâche un peu tout ce qui est mental… c'est du sentir, (…)* exprime J2 alors que ses doigts miment délicatement l'acte de sentir par le toucher.
>
> *Donc moi je pense que l'induction cénesthésique elle se fait par le toucher. Sauf qu'il y a des personnes justement qui ne touchent pas mais peut-être je pense elles doivent être capturée par une figurine… en disant « euh mais cette fée, avec ses ailes… » etc.* me dit J5 alors que nous nous sommes levées pour aller ensemble toucher le sable et explorer du regard les centaines de figurines qui occupent les étagères qui recouvrent les murs du cabinet.
>
> *Pour débuter un jeu de sable*, J6 propose de *prendre contact avec l'élément, le toucher et puis voir ce qu'elle ressent… j'ai dit très peu de choses… après elle a dit « ah mais c'est agréable au touché… » puis « si je touche longtemps ça devient plus chaud… » voilà des perceptions comme ça physiques…* m'explique J6 alors que nous sommes installées à l'angle d'une rangée de tables disposées en U, dans une salle de séminaire.

Dans les pratiques néo-chamaniques, l'attention se porte essentiellement sur le son :

> *Déjà, comment induire l'état de transe, ça se passe toujours avec le son du tambour… ou du hochet, ou de la guimbarde… mais ça se passe toujours par un son…* souligneC2 alors que nous nous sommes retrouvés en fin d'après-midi sur son lieu de travail.
>
> *Pour me mettre en contact et avoir des images, quand je fais un soin c'est vraiment à travers mon tambour, mon hochet* insiste C8 qui me reçoit dans sa cuisine ouverte sur le jardin.

> *En tous cas pour moi, le son du tambour a fait le déclanchement… le tambour chamanique c'est ça qui m'a réveillé si on veut… et après autour de ce son-là s'est créé une danse…* mentionne C5 avant de laisser un long silence, comme il a coutume de le faire, entre chacune de ses phrases.
>
> *Pour moi le… le rythme du tambour c'est le véhicule, c'est le train… donc chaque fois que tu décroches, chaque fois que tu pars dans le mental, reviens au tambour… tu rentres dans le train… moi c'est comme ça que je le dis mais…* pense à haute voix C4 dont le visage est éclairé par la lueur d'une bougie.

Néanmoins d'autres sens, notamment l'odorat, peuvent jouer un rôle :

> *L'odeur de la sauge ça me met en connexion…*souffle C5 avant un autre silence qui nous laisse presque le temps de sentir la sauge.

Ou même le simple fait de se retrouver dans la nature :

> *Ma porte préférée ou première… c'est la nature…* souligne C3 alors que nous entendons les voitures passer depuis son atelier au cœur de la ville.

Dans les trois pratiques, il est courant de recourir à *la respiration* pour focaliser *l'attention* de la personne *sur ses perceptions*. Pour débuter une *imagination active*, J5 suggère à la personne de *sentir les points d'appui, sentir sa respiration, puis ensuite laisser les images venir…*

De son côté, après avoir ouvert la porte à son chat qui vient s'installer tout près de nous, H8 note :

> *L'induction de la respiration, c'est un prétexte encore une fois, c'est de rendre la personne à son ressenti, en ne faisant rien vous pouvez sentir que vos côtes se soulèvent, peut-être, ou… donc c'est rendre la personne attentive à ce qu'elle est en train de ressentir…*(H8)

Comme le relevait H5 au début de ce chapitre, *l'attention aux perceptions* semble effectivement amener les personnes à *entrer dans une expérience* où elles *relâchent le mental*, se mettent en contact avec des images. Ça *induit* ou *amplifie une imagination active*, un *état de transe*, un *voyage*.

On retrouve cette attention aux perceptions lorsque, au sein de ces pratiques, mes interlocuteur/rice.s recourent à des techniques que l'on pourrait rattacher à l'« art

thérapie »[29]. Ils recourent à la peinture, au modelage, au théâtre, à la danse, etc. Il s'agit de détailler, de concrétiser, de jouer un thème, une image, un rêve, un mythe, une problématique. Dans ces démarches, de toute évidence, *l'attention aux perceptions* est centrale. H1, se penchant un peu au-dessus de la table comme pour me confier un secret :

> *La terre-apie, l'art-thérapie... ce qu'on appelle l'art-thérapie c'est quoi ? C'est utiliser le média des mains pour s'exprimer avec des couleurs, des objets et des sons, etc.... et de donner la place aux mains avant de donner la place à la tête... et puis c'est mobiliser le « cerveau des mains » ... ...* (H1)

Installées toutes deux dans son intérieur calfeutré, presque à voix basse, J1 me donne, quant-à-elle, l'exemple d'un masque confectionné à partir d'un travail collectif sur le mythe d'*Eros et Psyché* :

> *Par exemple, ça c'est un masque qui représente le dieu Pan… et donc c'est conditionné par le fait que c'est une peau de daim qui est trempée dans la colle, comme matériau… donc il faut que ça trempe dans la colle très, très, longtemps, donc on est là, on malaxe la peau de daim dans la colle, enfin c'est… il y a tout ça qui commence à s'activer au niveau des doigts simplement… (…) après malaxer cette peau de daim dans la colle c'est aussi extrêmement sensuel, il y a quelque chose… on n'est pas du tout dans un mode où la pensée est activée… on est dans un mode où c'est les sensations qui sont là…* (J1)

Si cette *attention aux perceptions* permet d'induire ou d'amplifier *une imagination active*, un *état de transe*, un *voyage*, elle permet aussi d'inscrire la problématique qui a amené le/la patient.e à consulter, dans un contexte plus large. En effet, pour François Roustang[30] et Isabelle Célestin-Lhopiteau la problématique devient symptomatique justement parce qu'elle est isolée, or cette *attention aux perceptions permet* au/à la patient.e de « *quitter un espace restreint* » » (Roustang in Célestin-Lhopiteau (2011 : 20).

---

[29] « L'art-thérapie est une approche de la relation d'aide et de soin qui se base sur la valeur thérapeutique de l'expression. Elle donne l'occasion d'explorer des situations personnelles et les potentialités de chacun à travers des expériences de créations artistiques » (https://www.eesp.ch/formation-continue/formations-certifiantes/das/das-en-art-therapie, consulté le 2 décembre 2019).

[30] Propos recueillis par Léon Wisznia pour le site Conférence et débats.fr (l'agenda des savoirs et des idées, Paris et Ile de France (Célestin.Lhoptieau, 2011 :20).

Une re-contextualisation que H7 illustre en rejouant devant moi une séquence de thérapie :

> *Vous êtes là, vous êtes en transe, vous êtes en lien avec ce feu, vous êtes en lien avec cette toux… vous voulez voir ce qui se passe ? Vous êtes en train de voir de manière appropriée, protégée, en étant là en regardant les oiseaux dans le ciel… (…) il y a les cloches qui sonnent… (…) je dis « pendant ce temps, il y a des oiseaux qui passent » ou « il y a des nuages » ou « il y a un petit peu de ciel bleu là… c'est peut-être pas tout à fait bleu, c'est peut-être gris foncé… »* (…) *« vous n'êtes pas tout seul dans l'univers, vous n'êtes pas juste votre symptôme… il y a autre chose aussi…* » *ça élargit… et ça, ça, fait quelque chose, ouais…* (H7)

H4 souligne pour sa part que si pendant longtemps il pensait que le cœur du travail était au niveau des suggestions hypnotiques, avec le temps s'est imposée à lui l'intime conviction *que la partie la plus importante c'est l'induction*. Soit de *faire en sorte que son attention, sa curiosité soient concentrée sur ce qu'il capte sensoriellement* (H4).

Alors que nous portons notre attention sur le monde extérieur qui nous parvient par la fenêtre ouverte, il ajoute :

> *Je pense aussi que nous sommes des êtres reliés à un ensemble ou à un monde plus grand… que ce soit reliés à la terre… que ce soit reliés… à l'univers… même pas dans sa dimension très globale… mais au nuage, au vent, au soleil, à la lumière, à la pluie, aux sons qui nous entoure, au chant des oiseaux… je pense qu'on fait partie d'un ensemble plus large et que c'est quand on refait partie de cet ensemble et qu'on est à nouveau connecté à cet ensemble, que d'abord un on est moins seul, et ensuite qu'on peut aller puiser à certains endroits des ressources dont on pourrait avoir besoin pour pouvoir transformer ou être entendu ou se sentir protégé…* (H4)

Etre attentif à ses perceptions conduirait mes interlocuteur/rice.s à se sentir moins seul.e.s, *faire partie d'un ensemble plus large*, *relié.e.s à un monde plus grand*, à *pouvoir puiser à certains endroits des ressources*. Pour Isabelle Célestin-Lhopiteau, « Nous pourrions dire que le patient dans la transe hypnotique tout comme dans la transe chamanique, est amené à quitter un espace restreint, enfermé sur une douleur, une souffrance, pour rentrer dans un espace ouvert, où il va percevoir différemment

et entrer dans un contact direct avec ce qui l'entoure. Ce type d'expérience nous montre l'importance de permettre au patient d'accéder à une attitude, à une position qui lui permette un échange avec son environnement, qui permette à chacun de ses sens d'accueillir la richesse et la complexité de la réalité. » (Célestin-Lhopiteau, 2011b : 124).

On peut se demander, sur la base d'un des articles écrit par l'un de mes interlocuteurs (Bonvin, 2012) si cette attention aux perceptions présentes dans l'instant ne sert pas en partie à déjouer les mécanismes de ce que l'on appelle « l'analyse pré-attentive » (Lachaux 2011). « Une sorte de veille de bas niveau capable de solliciter notre attention, avant même que notre pensée ou notre conscience n'intervienne, et qui capterait un grand nombre d'informations provenant de l'environnement tout en détectant certaines d'entre elles qui méritent notre attention. Il y aurait donc bien une forme d'attention sans conscience » (Bonvin, 2012 : 289). Diriger l'attention consciemment sur les perceptions qui ne seraient pas automatiquement détectées permettrait-il de sortir des perceptions automatiquement détectées lorsqu'on a une problématique en tête.

2.1.3 Communication axée sur les perceptions

A partir de cette *attention aux perceptions* qui permet au thérapeute d'essayer *de ressentir, de voir comme la personne*, puis d'induire et d'amplifier un état de transe. Un *état* dans lequel le/la patient.e accède *à une attitude qui permette un échange avec son environnement*, le/la thérapeute et le/la patient.e vont communiquer sur le mode des perceptions pour perpétuer et *amplifier* encore l'expérience. Toujours derrière son bureau, H5 me donne l'exemple d'une personne qui imagine un téléphone. Le thérapeute va accompagner cette personne en s'intéressant aux perceptions en lien avec ce téléphone.

> *Laisser venir ce qu'il vient par rapport à ce téléphone… alors la personne elle formule des choses… ah oui je le vois, il est rouge… la sonnerie c'est une sonnerie comme il y a trente ans, ou que sais-je…*(H5)

Pour amplifier les perceptions, H8 relève, pour sa part, qu'elle utilise beaucoup la spatialisation. Je l'écoute tout en laissant mon regard se porter tour à tour sur les

photos des animaux et les bibelots posés à intervalles réguliers sur les étagères qui habillent presque tous les murs de la pièce.

> *« Vous êtes où ? Votre force de vie elle est à votre droite ? Elle est où ? » et donc ces questions-là spatiales, elles enracinent la transe… c'est-à-dire que je peins* (…) *je dis, « vous êtes où, vous êtes à combien de mètres, et puis qu'est-ce qu'il y a sous vos pieds ?* (H8)

Pendant que le restaurant se remplit autour de nous, H1 me décrit une séance d'hypnose autour du son :

> *Je lui dis*
> *- mais ce son il est près, il est loin ?*
> *- Ouais je sais pas… je sais pas l'origine de ce son…*
> *- Ca vous dit d'aller à la quête de l'origine de ce son ?*
> *Et voilà qu'il part en voyage. Il est devenu un explorateur du son. On a fait tout un voyage sur le son… moi j'ai juste continué à lui montrer que j'étais là.*
> *A dire*
> *- Bon… donc le son… il est toujours là... vous l'entendez toujours ?*
> *- Oui, oui, mais il s'éloigne…*
>
> *Puis à un moment donné*
> *- Ah je vais revenir, c'est pas aujourd'hui que je vais arriver à le rencontrer* (H1)

Alors que le soleil brille en ce début d'été, avant de terminer l'entretien et de sortir pique-niquer ensemble au bord du lac, H2 me relate comment elle questionne une patiente qui était en train de vivre une expérience dans un lac :

> *- C'est un lac de plaine ou de montagne ?*
> *- En montagne… je suis en montagne…*
> *- Ah… alors vous avez cette couleur particulière de l'eau des glaciers ?*
> *- Oui, oui cette couleur turquoise…*
> (H2)

Dans le salon, seule la lumière douce d'un abat-jour éclaire nos visages. Entre deux réveils de sa fille qui, cette nuit-là, a de la fièvre, H3 me décrit comment elle a accompagné dernièrement un patient en train de se faire opérer :

> *On est parti au T-Room et je le fais visualiser le chemin pour aller à cet endroit qu'il aime… et puis*
> *- C'est agréable d'être dans ce… ?*
> *- Ah oui c'est agréable… ah oui…*
> *- Puis le corps se dépose… puis vous prenez place dans votre chaise… ah oui les fesses… cette chaise, elle est comment ?*
> *On mangeait une tarte aux pommes pis voilà, on est parti dans toutes les VACOG[31] de la tarte aux pommes, avec les gros morceaux, pis tout, pis…*
> *-Oui mais la tarte aux pommes elle n'est pas pareille, là, là…*
> *Je décortique tout ce que je peux… les pommes… allez, les pommes, voilà il y en a toutes sortes de couleurs, lesquelles, j'y vais, je nage, peut-être que c'est pas là, c'est lui qui me dirige, mais je prends tout, vraiment…*
> (H3)

2.1.4 L'attention dynamique au processus évolutif

La *transe* est *induite*, *amplifiée,* et, à partir de là, la situation va se mettre à évoluer. Et il s'agit là du quatrième point. L'attention aux perceptions, selon mes interlocuteur/rice.s permet de *rendre vivant un thème ou une question ou une image* (J2). Alors que je commence à me détendre quant au statut de mon interlocuteur, qui me reçoit après que la secrétaire m'ait fait attendre, H5 développe :

> *Et cette attention à la perception va permettre de suivre… parce que la perception c'est une expérience qui change en permanence… comme la vie… il n'y a pas d'état fixe. C'est pour ça que quand on nous parle d'état…* (à propos des états de conscience modifié) *c'est particulier parce que… on n'arrive pas à arrêter la perception… ou lorsqu'elle est trop fixe la perception… elle devient préoccupante souvent… dans des pathologies, des souffrances psychiatriques… ou des choses comme ça… les personnes n'arrivent plus à sortir d'une*

[31] VAKOG est l'acronyme de nos cinq sens, à savoir : la Vue, l'Audition, Le Kinesthésique (et Cénesthésique), l'Olfactif et la Gustatif (https://www.apprendrelhypnose.com/le-vakog/, consulté le 2 décembre 2019).

> *perception… ils sont emprisonnés dedans… mais le monde de la perception c'est un monde extrêmement dynamique, labile, fluide… enfin tout ça… donc l'attention va permettre de suivre cela… ça c'est le principe de base, c'est tout…* (H5)

Cette attention au *monde de la perception*, *labile*, *fluide*, se distingue, toujours pour H5, du monde de la pensée. Il me dit en mimant des cadres, les arrêtes d'une structure avec ses mains sur la table :

> *La pensée elle est redoutable, parce que la pensée elle chosifie les choses… elle nous extrait de la vie… elle nous donne l'illusion de pouvoir… c'est la raison, c'est la « Res »... c'est une chose… on a fait de notre pensée une chose… il y a eu un conflit majeur dans notre culture au Moyen-âge, ça a duré trois cents ans… ça a été ce qu'on a appelé La Querelle des Universaux… qui portait sur les deux choses, c'est-à-dire… par quoi l'être humain est-il déterminé ? Par le monde des perceptions ? C'était les « Voces »… on ne parlait pas d'images… on parlait de voix… et c'était la voix, l'inspiration divine tout ça… ou par le monde de la « Res », c'est-à-dire des choses… et il y a eu trois cent ans de débat très fort avec ce qu'on avait hérité de la culture islamique avec Averroès, Avicenne… on a revisité Platon, Aristote, et puis les ecclésiastiques se sont bagarrés là-dessus… et puis bon ils ont fait un choix qui étaient la « Res », quoi… et c'est devenu… ensuite on a eu les classiques… les Lumières, c'était… on était en plein là-dedans… avec le Cartésianisme qui est revenu, et qui a vraiment parlé de la raison comme étant le centre opérationnel de la conscience humaine… mais ça ne veut pas dire que nous ne sommes déterminés que par le monde des choses et pas par le monde de la perception* (H5).

Donc pour H5, la focalisation sur *la raison* et non sur *les perceptions* découle d'un *choix*. Un *choix* qui nous a conduits à envisager le monde qui nous entoure en termes de *choses*, *figées*, et non pas comme *une expérience qui change en permanence comme la vie*. Un choix qui nous amène la plus grande partie de notre quotidien, selon J2, à quitter cette couche où cette dynamique est vivante. Pour J2, *on sent quand on quitte cette couche où cette dynamique est vivante… on quitte cette couche pour un peu plus réfléchir…* (J2). Alors que lorsqu'on porte son attention sur les perceptions,

> *On est moins dans cette concentration intellectuelle, logique, analytique… on est dans quelque chose qui… voilà qui vient, qui nous transporte un peu, qui nous mène… ouais par le ressenti, par des réactions d'associations… des… voilà moi je trouve on est vraiment dans ce registre là avec le matériel… c'est le matériel qui fait déjà beaucoup… après moi, c'est vrai, j'insiste beaucoup sur le fait que les gens touchent le sable, laissent faire les mains…* réfléchit J2 à haute voix alors que nos regards se tournent vers le bac à jeu de sable.

Des propos que l'on retrouve aussi chez un anthropologue du sensible, François Laplantine : « Pour que reprenne vie ce qui a été stabilisé et soumis à un régime de quasi glaciation, il convient de faire preuve de disponibilité et même d'hospitalité (cf. Derrida, 1997) et d'abord d'attention : ce qu'Alfred Schutz (1999 : 10 et 115) appelle « l'attention à la vie » (…) » (2005 : 89)

Pour Roustang, « on laisse libre cours non pas à l'inconscient, mais à une sensorialité qui ébranle la fixité de notre appréhension habituelle des choses et des êtres. Le mal-être, quelle que soit sa forme, relève toujours de la rigidité et de l'étroitesse. Or ce sentir se caractérise par une circulation incessante, une mise en communication et en correspondance. En d'autres termes, si nous allons mal, c'est que nous ne voyons pas, que nous n'entendons pas, que nous ne sentons pas. En nous immergeant dans le sentir sans réflexion, nous réapprenons la finesse et la perspicacité du sentir » (2008 : 170-171).

Si l'on en croit Roustang, et qu'on met ses propos en lien avec ce qui a été dit plus haut, on en vient à considérer que le choix de la « Res » plutôt que des « Voces » conduit les humains héritiers de ce choix à vivre un perpétuel mal-être. Comment, dès lors, *l'attention aux perceptions* permet à une situation d'évoluer, permet que *la vie reprenne* ? Mes interlocuteurs illustrent cette évolution avec plusieurs exemples vécus dans le cadre d'une séance à but thérapeutique :

> *Vous êtes dans la mer démontée et que je ne sais pas quoi… et que vous arrivez sur une île déserte et que sur cette île c'est complètement désolé et que vous demandez quelle est la partie vivante, quelle est la force de vie présente dans ce tableau et la personne dit « mais c'est tout gris, ça va pas, il y a rien du tout… c'est un paysage comme lunaire… » (j'ai eu ça l'autre jour encore)… et la personne dit tout à coup « oh, il y a une petite pousse verte… ». « Ah… Très*

> *bien. Et vous êtes là : elle est où, à droite, à gauche, la pousse verte ? » Ah elle est là sur la droite un petit peu… toute petite et pis il y a des rochers tout autour » « D'accord, pis ils sont quelles couleurs les rochers tout autour ? » Donc là c'est un processus où on va demander à la personne d'être de plus en plus précise sur ses images… Ce qui va augmenter la précision de l'image… et à un moment donné elle dit « ah ça pousse, c'est en train de grandir » « c'est ça, c'est ça… et alors ? » « Ah ça grandit encore… » Ca prend beaucoup de temps, c'est un processus. Pis ça devient un grand haricot énorme… comme dans l'histoire des enfants des haricots géants. Et pis après… « ah c'est un arbre… » Alors là on touche à une image beaucoup plus puissante que juste la petite salade… C'est l'arbre !* me raconte H8 alors que je vois la peinture se dessiner puis se transformer devant moi.

Alors que cette fois-ci nous nous sommes installés dans les fauteuils de son bureau, H5 me relate une séance consacrée au vertige :

> *C'est un homme qui souffrait de vertige… et puis il voulait aller en montagne, il vivait en plus en montagne pis il avait des vertiges alors ça l'empêchait… et voilà… il est venu en disant « mais j'aimerais bien pouvoir aller me promener en montagne et j'aime la montagne… et voilà je suis empêché maintenant… » Alors on fait une expérience toute simple… 'fin… voilà, il a posé son attente, elle est claire, et puis voilà ce qu'il veut faire, alors ce qu'on propose c'est simplement de dire « ok allons-y, allons là maintenant en imagination on va gentiment prendre un chemin… et on va gentiment gravir le chemin qui va gravir la montagne et on va voir ce qu'il se passe… on fait ça en route…et assez rapidement il se trouve effectivement au bord d'un précipice…et il dit « ça va pas du tout »… ben je dis « il faut continuer… qu'est-ce qu'il se passe ? » il me dit « je suis… » il porte attention à ce qu'il se passe il dit « j'ai le haut de mon corps qui veut tomber, qui veut se laisser aller dans le vide… et le bas de mon corps qui veut rester là… » ben je dis « il faut laisser faire… il faut laisser le haut du corps tomber et puis le bas, il faut le laisser là… » alors il se laisse aller à ses expériences… moi j'ai pas d'inquiétude, il est dans le fauteuil, tranquille, s'il devait tomber je le rattrape, je suis à côté… donc il fait cette expérience qui est très intense pour lui… c'est très fort. Parce que l'imagination c'est du « comme si » mais ça veut dire, « comme si », comme si on y était*

vraiment… alors il vit ça… après il a son corps qui gît... (…) *et puis… après on continue… alors il a le bas du corps qui gît au bas de cette falaise et puis… le haut de son corps qui reste en haut… et je lui dit « il faut observer ce qu'il se passe… qu'est-ce qu'il se passe avec le bas de ce corps… » il dit « bon il git… il est là… » il dit « ah c'est marrant, il y a des corbeaux qui arrivent… des corbeaux noirs qui volent ». C'est assez… « très bien… alors allons-y… qu'est-ce qu'il se passe avec ces corbeaux ? on va continuer… on va observer ces corbeaux, on va regarder ce qui se passe… » Voilà chaque étape, il s'agit pas de dire il faut faire ceci… il faut simplement dire… « on continue l'expérience c'est tout… » et il dit « ben ces corbeaux c'est bizarre, ils viennent et ils sont en train de picorer comme ça dans ce corps… ce demi corps qui git… » Ben ça devient sordide mais on dit ben très bien, il faut laisser… on continue… on continue… Puis après d'un seul coup il dit « c'est étrange, c'est magnifique… » Je lui dit « mais qu'est-ce qu'il se passe ? » Il me dit « mais les corbeaux sont en trains de ramener les bouts de mon corps qui sont en bas et ils les recollent sur la moitié de mon corps qui est en haut… » et ces corbeaux ont reconstitué ce corps face à cette falaise et il s'est retrouvé entier face à ce vide. C'est inimaginable un truc pareil… (..) et il a terminé l'expérience et il était bien… il se sentait bien là… bien à sa place, il se sentait pas attiré par le vide, 'fin… bref il était bien là et il se sentait prêt à aller se promener en montagne. Ce qu'il a fait du reste (…) donc qu'est-ce qui a été fait là-dedans... pas grand-chose si ce n'est qu'il a été accompagné… dans cette expérience… il savait vers quoi il voulait aller et il y est allé… le passage ben c'était évidemment par l'expérience de la souffrance… c'est bien là la difficulté existentielle… c'est bien là qu'il avait besoin d'être accompagné… mais si j'avais commencé à interpréter… à chacune de ces étapes… d'abord j'aurais eu peur* (…) *si j'avais commencé à y voir un symbole quelconque… alors il a été fait ce symbole… il s'est réassocié cet homme… complètement, mais c'est son symbole à lui…* (H5)

Dans l'exemple suivant l'attention aux perceptions permet d'appréhender une chute. Dans son cabinet, des livres grands format aux images oniriques sont exposés sur la grande bibliothèque. Pendant que mes yeux explorent les images de ces livres pour enfants, H6 me détaille le passage d'une séance d'hypnose :

> *« Ah oui c'est comme-ci… ah ben… je me trouve dans un puits, je me vois chuter… c'est anxiogène, je suis mal… » observez… et à un moment donné à force de chuter dans ce noir… bon d'après les lois de la gravité, il y a un moment donné on chute à une certaine vitesse… peut-être pas plus, peut-être pas moins… mais peut-être qu'on peut, si on tire, d'un côté ou de l'autre on peut changer un petit peu de position… un peu comme Alice au pays des merveilles… comment est-ce qu'elle se déplace ? Comment est-ce qu'elle vole, survole ? Et puis… tout d'un coup la personne se dit « mais tiens… je vois que je peux m'approcher de la paroi et puis… c'est pas dangereux, c'est même sécure… et puis sa chute se ralentit… et puis qu'elle peut s'attraper à la paroi, passer dans un autre monde… il y a quelque chose de très dynamique…*

Comme le relève H3, le même processus peut se dérouler à partir d'une douleur :

> *Donc là j'ai décortiqué la douleur, je l'ai fait ouvrir… « alors qu'est-ce qu'elle est cette douleur, elle est comment ? »… et puis après* (…) *et puis jusqu'à transformer en énergie et cette énergie s'est transformée de manière positive…* (H3)

Jusqu'ici ce sont essentiellement des praticien.ne.s d'hypnose qui se sont exprimé.e.s, pourtant nous retrouvons, certes de manière moins détaillées, moins rationnalisées, les mêmes processus à l'œuvre dans les discours d'analystes jungien.ne.s ou de néo-chamanes. Ainsi J3, analyste jungienne, qui me reçoit dans son cabinet, une petite alcôve qui jouxte son appartement, mentionne à propos d'une imagination active à partir d'un rêve autour d'une fontaine :

> *J'ai dit « ben maintenant cette fontaine elle a une eau croupie sale, si vous pouviez imaginer ce qui sort de cette fontaine, est-ce qu'on peut essayer de voir ensemble… prendre cette fontaine, et voir qu'est-ce qu'elle devient cette fontaine… »* (J3)

De même, C6, praticienne chamanique, m'explique, après un voyage au tambour assises côte à côte sur son grand canapé, qu'avec les patients qui ne sont pas des *apprentis chamanes* elle procède de la manière suivante :

> *Je fais un peu comme je t'ai montré là… et j'amène… la personne elle m'exprime ce qu'elle veut, sa souffrance ou quelque chose et je vais voir… et je fais comme j'ai fait là... je dis le voyage et puis après je demande à la personne*

> *d'entrer dans ce rêve… et elle rêve avec moi… et… et on rêve avec les esprits bien sûr, qui nous aident, qui nous guident… car sinon ça pourrait pas marcher… et jusqu'à ce que le rêve il se termine bien…*

C5, que j'ai retrouvé après avoir conduit plusieurs heures dans des paysage bucoliques, parsemés de panneaux indicateurs enchanteurs tels « la grotte aux fées », me raconte :

> *On était parti dans une vie antérieure où elle avait été séparée de sa famille… et là on était dans un échange verbal… « Qu'est-ce qui se passe pour toi ? Comment c'est autour de toi ? Comment tu vois les choses ? » en laissant toujours très ouvert… pour qu'elle puisse elle mettre ses pieds à elle…* (C6)

2.1.5 L'accompagnement du/de la thérapeute

Nous avons vu jusqu'ici que le/la patient.e est invité à décrire ce qui l'amène à consulter en mettant l'accent sur ses *perceptions* pour que le thérapeute puisse partager le même *paysage*. Puis le/la thérapeute amène le/la patient.e à porter son attention aux perceptions présentes dans l'instant afin de *replonger le symptôme* dans *un contexte plus vaste*. A partir de là, thérapeute et patient.e communiquent sur la base des perceptions et observent comment la situation évolue, généralement sur la base de suggestions qui s'articulent autour de l'idée « *Comment ça se transforme* ? ». Tout au long de ce processus, le/la thérapeute *porte* également *son attention* à la fois sur les *perceptions* de/de la patient.e et sur ses propre *perceptions*. Il ne sait pas à l'avance le déroulement de la séance[32], il se laisse surprendre, il accompagne le/la patient.e. H5 souligne, à propos de la séance avec le patient qui vient pour se guérir du vertige :

> *Moi je n'aurais jamais pu imaginer un truc comme ça… et puis je ne suis pas sûr que si j'avais proposé une chose comme cela et puis que c'est pas une chose qui lui convienne que ce soit la bonne chose* (H5).

Il précise donc qu'il s'est contenté de suivre ce qui s'est déroulé spontanément. H5 relève que cette manière de procéder, de ne pas savoir à l'avance, de ne pas enfermer des personnes dans des diagnostics, différencie l'hypnose de la sophrologie par

[32] A noter que cette manière de procéder, en hypnose, se démarque de pratiques où l'on construit une métaphore, où l'on travaille avec des scripts. Il s'agit là d'une méthode plus particulièrement enseignée dans le cadre de l'institut IRHyS.

exemple, ou d'autres pratiques qui cherchent à interpréter les problématiques relatées par les patient.e.s, qui cherchent à poser un diagnostic. Avec un ton où se mélange l'agacement et le mépris :

> *J'ai très mal vécu, par exemple, des expériences comme la sophrologie… quand je me suis formé en sophrologie… j'ai fait toute la formation, hein… et à l'examen je me suis… parce qu'en plus il y avait un examen et tout… j'ai arrêté là parce que je… je me disais mais c'est extraordinaire comme ils arrivent à faire cette histoire où un bonhomme, Alfonson Caicedo, a une vision d'une architecture du monde de la conscience avec les valences positives-négatives… des différents niveaux à franchir… puis alors on fait des examens pour franchir les différents niveaux… (…) mais c'est la même chose si je prends la psychanalyse par exemple… de quel droit on interprète… un élan… une perception émotionnelle… ce que dit un patient… c'est terrible…*

Bien que travaillant dans le monde médical régit par les protocoles, H2 souligne aussi ne pas savoir ce qui est juste pour la personne :

> *Si on est là et qu'on est dans une croyance… que ça doit être un chemin tout droit… que nous on connaît…* (…) *que cette personne elle fait point a, point b, point c… elle doit arriver au centre… pour moi d'emblée on est dans un faux paradigme… et ça ne fonctionne pas…* (H2)

H2 rajoute, ses doigts jouant avec un objet imaginaire exprimant la subtilité et la délicatesse, les yeux animés par l'intensité des tous les vécus dont elle tire son expérience :

> *Je suis dans l'accompagnement pour que la vie se remette en mouvement comme elle doit pour cette personne-là, à ce moment-là… et comme elle doit, je peux pas savoir… ça me dépasse… je ne m'appuie pas sur une norme… bien sûr j'ai des normes* (…) *mais je sais aussi… que la physiologie ça ne sera jamais exactement la même chose pour deux personnes, je connais bien la limite aussi de ce modèle… parce que je l'ai... je l'ai vue à l'œuvre cette limite mille fois…* (H2)

De même, lorsque C4 accompagne un *voyage* dans le cadre du *counseling*, il est fréquent que ce ne soit…

> *pas comme moi je verrai l'histoire… c'est pas au rythme où moi quand je vois…* (…) *je sais pas, elle raconte un truc dans son voyage et puis là tu te dis « oui mais là il faut que… » je sais pas… tu te dis « mais là il faut qu'elle passe la porte… » ou je ne sais pas quoi… mais non, elle ne la passe pas, elle ne la passe pas, 'fin… je veux dire c'est… et c'est juste et ça se passe…* (C4)

On retrouve une attitude similaire chez les analystes jungien.ne.s

> *Pour moi c'est vraiment ça qui me plaît… j'ai quelqu'un en face de moi et je me dis « je sais pas quel livre je vais ouvrir » et puis on découvre… et puis je me laisse porter, je me laisse découvrir…* me dit J3 alors que juste derrière elle trône sur un lutrin un grand livre d'alchimie ouvert sur une image colorée et mystérieuse.

H8, continuant à griffonner, souligne encore à propos du *processus métaphorique*[33]

> *Il émerge de la part du patient… pour moi c'est en tous cas une règle, il émerge de la part du patient, je l'accompagne, je pose des questions* (H8).

Elle développe sur la manière de poser des questions, d'accompagner le/la patient.e :

> *J'ai été formée par Melchior, qui est un linguiste, qui dit, vos suggestions doivent être des enveloppes vides... donc ça vaudra dire, c'est comment du point de vue du volume, ça a éventuellement une coloration… donc c'est toujours laisser très ouvert pour laisser la liberté à la personne de bifurquer vers sa forme analogique…* (H8)

Nous voyons que ces *enveloppes vides* sont encore des moyens de ramener *l'attention aux perceptions*. Par ailleurs le/la thérapeute ne se contente pas de suivre le/la patient.e en le/la ramenant à ses *perceptions*, il porte également son attention, je l'ai relevé plus haut, sur ses propres *perceptions*. Certains abordent cette attention à leurs propres perceptions sous les termes de *transfert*[34] et *contre-transfert*[35] :

---

[33] H8 et plusieurs praticien.ne.s d'hypnose préfèrent l'expression « processus métaphorique » pour souligner la dimension dynamique et évolutive d'une métaphore.

[34] Le transfert en psychanalyse désigne un processus au cours duquel des sentiments ou des désirs inconscients envers les premiers objets investis dans l'histoire d'un sujet - le plus souvent les parents -, se trouvent reportés sur une autre personne. La cure psychanalytique est le lieu privilégié de l'émergence et de l'analyse du transfert sur l'analyste (https://fr.wikipedia.org/wiki/Transfert_(psychanalyse), consulté le 2 décembre 2019).

35 Dans la cure psychanalytique, le contre-transfert désigne la disposition inconsciente de l'analyste en rapport au transfert de l'analysant au cours de l'analyse. L'élaboration de cette

> *Alors moi de manière générale je dirai que je travaille énormément au feeling et à l'intuition… j'ai pas un plan d'action préétabli, en me disant voilà je vais me donner tant de séances pour voir ci, pour voir ça…* (…) *les choses elles se déroulent comme ça… beaucoup aussi avec le transfert, le contre-transfert… qu'est-ce qui se passe… au moment de… des séances, quels sont les sentiments, quelles sont les images qui me viennent ?* explique J4 dans son cabinet à l'entre-sol.

D'autres parlent de *la transe du thérapeute* :

> *Quand je suis en transe, quand les autres sont en transes… je perçois dans le corps… j'identifie cet état de transe… et puis là je me rends compte je peux observer, je peux mesurer où est-ce qu'on en est… et comment la personne tout à coup elle entre dans le processus, et elle avance, elle passe des caps, des seuils… elle construit son monde…* souligne H6 après m'avoir montré comment il induit parfois une *transe* à l'aide des instruments de musiques de toutes sorte disposés au pied du canapé.

Quelques thérapeutes qui se connaissent partagent le terme d'*« antennes palpatoires »* :

> *Je suis entièrement « branchée » sur elle, je suis « branchée » c'est pour ça que je parle des « antennes palpatoires »…* Un fois de plus, lorsque H8 s'exprime je vois le dessin prendre forme devant moi. Je devine des antennes d'escargot.
>
> *Qu'est-ce que je ressens… ça ouvre des antennes dites « palpatoires »…je sais pas comment dire… c'est pas juste cortical, c'est un petit peu plus profond…* dit H7 en s'enfonçant dans son fauteuil.

Mais la plupart des praticien.ne.s se réfèrent à l' « *intuition* », au « *ressenti* »

> *Mon intuition aussi... je fonctionne beaucoup avec mon intuition, je ressens les trucs forts, je ressens les…* (H3)
>
> *C'est presque une expérience physiologique… relationnelle… mais j'ai une grande part d'intuition… si vous n'avez pas l'intuition dans… dans le suivi de*

---

disposition contre-transférentielle facilite chez l'analyste la compréhension de la nature du conflit psychique inconscient exprimé par le transfert de l'analysant et son interprétation dynamique en vue de son élucidation (https://fr.wikipedia.org/wiki/Contre-transfert, consulté le 2 décembre 2019).

> *patients à long terme des patients en hypnose, de toutes façons je ne pense pas que ça serve à grand-chose…* exprime H7 dont les propos contrastent avec la présence de quelques instruments nécessaires à sa pratique de médecin.
>
> *J'ai l'impression que c'est beaucoup au ressenti… et moi et la personne on sent quand c'est juste… quand ça touche… moi c'est là que je sens le truc, c'est avec le cœur… si ça te touche, si ça vibre….* exprime C3 en jouant avec la bougie placée sur la table entre nous.

Porter son attention sur ses propres sensations, que ce soit par le biais du *transfert* et *contre-transfert*, de la *transe du thérapeute*, des « *antennes palpatoires* » ou de l'intuition, permet, selon J2 qui regarde par la fenêtre,

> *de sentir où est un chemin pour la personne parce que pas chaque personne peut aller tous les chemins… ou peut aller, voilà… voilà, je crois que c'est ça que j'essaye de sentir, là où il y a l'ouverture pour cette personne… Où est-ce qu'il y a une vraie ouverture parce qu'il y a des personnes qui fonctionnent, fonctionnent, fonctionnent, mais c'est toujours dans leur même circuit… mais où est-ce qu'il y a une vraie ouverture pour aller plus loin ?* (J2)

Sentir l'ouverture, accompagner, grâce à *l'intuition* au *ressenti* vers cette ouverture

> *C'est souvent un voyage qui est accompagné au tambour avec des chants… les chants c'est pas des chants prévus c'est vraiment le chant du moment que je ressent… un chant intuitif. Et je travaille aussi beaucoup avec les maracas. Dans les chants des fois je peux sentir que le tambour c'est pas ça, j'ai besoin plus du maracas qui va aller plus dans d'autres énergies… voilà, c'est tout par intuition,* détaille C8 après m'avoir fait un soin sur le tapis épais du salon.

⁕

Pour résumer, selon les praticien.ne.s rencontré.e.s, *la description détaillée par un.e patient.e* de la manière dont il/elle *perçoit une situation* permet au/à la praticien.ne d'essayer de *ressentir comment la personne ressent* la situation en question. Par ailleurs *l'attention aux perceptions induit* et *amplifie un état de transe*, *d'imagination active*, *un voyage*. D'autre part cette *attention aux perceptions* présentes dans l'instant, permet d'inscrire la problématique qui amène un.e patient.e à consulter dans un *contexte plus large* et de favoriser l'évolution et la *transformation* de la problématique. D'autant que

l'attention aux perceptions favorise *l'attention à la vie*, au *mouvement* alors que la raison envisagerait les choses de manières figées, ce qui est en soi générateur de *mal-être*, voire même pathologique. Dans ce processus, le/la thérapeute *porte* également *son attention* sur ses propres *perceptions*. C'est sur la base de son *ressenti*, de son *intuition* de ses *antennes palpatoires* qu'il accompagne le/la patient.e vers *le vivant.* C'est cette ouverture, cette humilité du thérapeute qui ne sait pas à l'avance, qui favorise un processus créatif plutôt qu'un diagnostic qui ramènerait l'expérience du/de la patient.e dans un cadre interprétatif préétabli.

Comme l'écrit Roustang : « La solution de nos problèmes se trouve au-dehors, dans une appréhension nouvelle de notre situation. Pour cela, il s'agit de laisser venir à nous tout ce qui est alentour. Ce sentir propre au vivant est d'abord un laisser se mélanger toutes les données et ensuite une attente que tout retrouve sa place. Cela a lieu parce que le sentir est celui d'un vivant et donc d'un organisme qui, bouleversé un instant, revient à son point d'équilibre. Notre situation dans l'existence dépend de trop de facteurs pour que nous soyons capables de les appréhender par un effort d'intelligence explicite. Celle-ci est toujours, d'une manière ou d'une autre, trop unilatérale. (…) Au contraire, la sensorialité première, logiquement antérieure à celle que nous connaissons en dehors de la transe, tient compte à la fois de tous les éléments, elle est donc capable d'aboutir à une refonte de notre position actuelle » (Roustang, 2008 : 170-171).

Dans le chapitre suivant, nous allons envisager ce moment où, pour les acteur/rice.s, on *laisse se mélanger toutes les données*, où *la sensorialité première* tie*nt compte de tous les éléments* pour *aboutir à une refonte de notre position actuelle*, *à une appréhension nouvelle de notre situation*, *la solution à nos problèmes*.

2.2 Une expérience « liminale »

Nous venons de voir que les trois pratiques étudiées se fondent sur *l'attention aux perceptions* pour tenter d'appréhender le vécu de son interlocuteur/rice de son point de vue à lui/elle, pour inscrire une problématique dans un contexte plus large, pour appréhender les choses d'un point de vue dynamique. Nous avons relevé que *l'attention aux perceptions*, cette manière d'envisager le monde dans une perspective globale, évolutive et autre que la sienne, *induisait et amplifiait un état de transe*, nommé le plus souvent, par convention, « état de conscience modifié ». *Une expérience que nous faisons tous, spontanément plus qu'on ne le croit, plusieurs fois par jour*, selon la plupart de mes interlocuteur/rice.s.

Généralement les praticien.ne.s d'hypnose nomment cette expérience « *transe* », les praticien.ne.s chamaniques, « *voyage* » ou « *état de conscience non ordinaire* » alors que les jungien.ne.s parlent d' « *abaissement du niveau mental* », d' « *attitude symbolique* », ou plus spécifiquement d' « *imagination active* ». Dans ce chapitre je vais m'intéresser à la description que font les acteur/rice.s de cette expérience que H5 ramène à une *absorption dans un monde perceptif*.

Ainsi nous verrons que l'*absorption dans un monde perceptif* amène les acteur/rice.s, selon leurs dires, à se sentir *reliés, branché différemment*, notamment dans leurs *liens à la nature*, *à la terre*. Ce qui amène certain.e.s à parler d'*éco-thérapie*. Plusieurs mentionnent que ce *sentiment de totalité* les amène à faire l'expérience de *retrouvailles* avec un *état* qu'ils/elles qualifient d'*origine*, qu'il s'agisse de *l'enfance* ou d'une *sensorialité première*. Dans cet *état d'origine*, dans ce *sentiment de totalité*, les praticien.ne.s relèvent qu'il n'y a pas de paroles, de pensées, de concepts mais des images. La perception de son identité n'est plus fixe mais labile en fonction du contexte. Pour conclure ce chapitre, je me penche plus particulièrement sur ces différents états, d'une part lors d'expériences spontanées (et non pas induites dans un cadre thérapeutique), d'autre part lors de vécu initiatique, généralement au début d'une pratique et le plus souvent dans les pratiques néo-chamaniques.

2.2.1 Etre *relié.e.s, branché.e.s différemment*

Voyons dans les paragraphes qui suivent comment les praticien.ne.s rencontré.e.s accordent de l'importance au *lien* dans l'expérience de cet état de conscience élargi, dynamique, décentré :

> *C'est un peu la signature de l'espace symbolique… ça se passe en termes de relation pas en termes d'objet…*(H2)
>
> *Le fait d'entrer dans un état particulier joue un rôle, le lien, je pense que la notion de lien, de la connexion est quelque chose de fondamental…* (H4)
>
> *Alors … Toute la séance … vraiment de… d'hypnose relationnelle… de tout ce qui se passe entre le souffle, le corps, toutes nos fonctions vitales… tout notre lien à ce qui se passe si… on ne peut pas isoler… on est de toutes façons reliés…* (H7)
>
> *On est branché différemment* (J4).

Les acteur/trice.s décrivent donc l' « état de conscience modifié » comme un état dans lequel on est *absorbé dans un monde perceptif*, et au sein duquel *la relation* est *fondamentale*. Il est dès lors pertinent de se demander avec quoi ils/elles se sentent *relié.e.s* au cours de cette expérience :

> *C'est un sentiment d'ouverture particulier, l'état de conscience modifié… c'est une fluidité entre le cosmos et l'individu… on pourrait dire ça comme ça…* note J1 tout en allumant avant de tirer un épais rideau rendant l'atmosphère encore plus intime.
>
> *Pour moi ça fait partie de la puissance du travail hypnotique, c'est d'être à nouveau reconnecté à un ensemble plus vaste qui… qui va être une des sources… de l'énergie ou de l'inspiration ou de la créativité qui sera nécessaire…* affirme H4 dont le cabinet porte encore les traces de son premier métier en lien avec l'informatique.
>
> Cette attention aux perceptions va *nous mettre en relation avec le monde, avec l'environnement… c'est pas juste être absorbé en soi… en soi c'est un peu le monde aussi mais c'est d'être dilué dans le monde qui va amener des choses…* (H5)

On accepte d'être juste une infime partie de cet immense tout qui nous dépasse complètement… moi je suis qu'un petit grain de sable là-dedans… exprime C2 avec cette étincelle au fond du regard.

J'avais « tripé » sur « un pote » éthologue qui faisait du chamanisme… et qui en fait, commençait à découvrir une façon de faire où il disait « maintenant je ferme plus les yeux, je pars plus, je tape le tambour et j'ai mon état de conscience modifié en observant ce qui se passe autour de moi dans la nature »… (…) *Je suis vachement dans ce processus…* affirme C3 qui m'a invité à passer la nuit dans leur belle maison, une grande coopérative qu'il habite avec sa famille et des amis en pleine campagne.

…parce qu'on est d'accord quand je dis « état de conscience modifié » je pourrais très bien dire… d'ailleurs j'ai vraiment aimé quand Roustang a modifié sa nomenclature… au lieu de parler en terme d' « induction », « dissociation », « vécu de la transe » et puis après « sortie de la transe »… il a dit « non, non, il faut qu'on arrête de parler d' « état modifié »… on peut dire qu'à ce moment-là tout simplement, on se « réassocie » »… et là pour moi, évidemment il joue avec les mots, mais il joue pas tant que ça… (…) et si je parle de lui, c'est parce que… je me sens vraiment très proche de ça… en disant « à ce moment-là, j'était peut-être dissociée mais j'étais... au contraire plutôt réassociée puisque j'ai vécu un sentiment d'une totalité… » poursuit H2, toujours avec ce jeu délicat des doigts et des mains.

En fait, on fait partie de l'image… on ne peut pas s'extraire… de ce qu'on observe ou de ce qui nous parvient… on en fait partie… voilà… dit J1 en caressant la peau avec laquelle elle a confectionné le masque du dieu Pan.

Si on se sent porté par la terre, si on se sent exister au milieu d'un grand filet vivant, si on se sent appuyé par toute la lignée de nos ancêtres, ça change quand même les choses… (…) *c'est la vieille notion romantique de l'être qui est relié à l'univers… et l'univers est en toi et tu es dans l'univers…* (…) *C'est tous les aspects par lesquels nous sommes affectés par le monde et dont nous affectons le monde.* (…) *c'est une écologie… c'est pour ça que quand Roustang dit « je suis un éco-thérapeute », ça me parle…* souligne H8 qui me

> prêtera par la suite la livre inspirant de David Abram *Comment la terre s'est tue : Pour une écologie des sens* (2013)

Dans cette attention aux perceptions qui permet d'inscrire une problématique dans un contexte plus large, les praticien.ne.s se sentent reliés avec ce qu'ils nomment « *cosmos* », « *monde* », « *planète* », « *terre* », « *nature* », « *contexte* », « *un ensemble plus vaste* », « *cet immense tout qui nous dépasse* ». C'est pourquoi, relève H8, on peut considérer ces pratiques comme des *éco-thérapies*. Je note à ce sujet que plusieurs de mes interlocuteur/trice.s s'investissent dans des mouvements d' « *éco-psychologie* »[36] ou d' « *écologie profonde* »[37].

Lorsque, attablées dans sa cuisine avec un verre de vin rouge et quelques olives, j'interroge C7 sur ces mouvements et leurs différences elle me répond :

> *C'est très imbriqué… il y a des gens qui font de l'écologie profonde vraiment en termes « psy » pour que la personne aille mieux… et puis il y en a d'autres qui la font en termes militants pour que la planète aillent mieux… mais au fond… ça se base quand même sur le lien* (…) *la restauration du lien au monde qui est une restauration du lien à soi…* (C7)

Elle rajoute

> *On accepte dorénavant que le corps et l'esprit fonctionne ensemble… pendant longtemps on ne les a pas mis ensemble… ben pour moi c'est un peu la même chose… et pis la planète… et pis le cosmos autour… comme un seul corps… c'est aussi le corps et l'esprit…* (C7)

Pour C8, avec qui nous partageons un porridge de bon matin :

> *Si on perd cette connexion à la terre… c'est exactement ce que la société vit en ce moment… on n'est plus connectés à la terre… qu'est-ce qu'on fait ? on la détruit… on se fait du mal à nous… on se tue nous-même…* (C8)

Nous avons vu au chapitre précédent l'importance que mes interlocuteur/rice.s accordent à l'attention aux perceptions. Certains évoquent même la « phénoménologie » pour qualifier la manière dont ils demandent à leurs patient.e.s de

---

[36] http://eco-psychologie.com/recherche/carl-gustav-jung (consulté le 4 juin 2019)
[37] http://www.ceuxdici.ch/rencontre-ecologie-profonde (consulté de 4 juin 2019) A noter que les activités sur ce site internet sont proposées par deux de mes interlocuteur.rice.s.

décrire la situation qui les amènent à consulter. Or, si je me réfère à Merleau Ponty, qui a entrepris de radicaliser la phénoménologie husserlienne (Abram, 2013 : 70), il ne me paraît pas étonnant que l'attention aux perceptions conduise à un autre type de relation avec la nature, l'environnement. En effet, la perception, dans l'œuvre de Merleau-Ponty, est précisément cette réciprocité, cet échange permanent entre le corps et les entités qui l'entourent (Abram, 2013 : 79). Ni ce qui perçoit, ni ce qui est perçu ne sont pleinement passifs dans l'événement de la perception :

« (M)on regard s'accouple avec la couleur, ma main avec le dur et le mou, et dans cet échange entre le sujet de la sensation et le sensible on ne peut pas dire que l'un agisse et l'autre pâtisse, que l'un donne sens à l'autre. Sans l'exploration de mon regard ou de ma main et avant que mon corps ne se synchronise avec lui, le sensible n'est rien qu'une sollicitation vague » (Merleau-Ponty, 1976 : 248) (Abram, 2013 : 80).

Pour Abram (2013 : 82-83), nous ne figeons conceptuellement ce phénomène, nous ne l'objectivons que lorsque, mentalement, nous nous absentons nous-mêmes de cette relation, lorsque nous oublions ou réprimons notre implication sensuelle.

Abram relève que Lévy-Bruhl a employé le mot « participation » pour caractériser la logique animiste des peuples indigènes oraux – pour qui des objets réputés « inanimés », comme les pierres ou les montagnes, sont souvent tenus pour vivants ; (…) ; pour qui des plantes particulières, des animaux particuliers, des lieux, des personnes et des pouvoirs particuliers peuvent être perçus comme *participant* à l'existence les uns des autres, chacun influençant et étant influencé en retour par l'autre » (Lévi-Bruhl, 1910).

Pour Lévy-Bruhl, la participation était donc une relation perçue entre différents phénomènes. Le travail de Merleau-Ponty suggère, quant à lui, que la participation est un attribut définissant la perception elle-même. Soutenir que la perception, considérée sur le mode phénoménologique, est, de manière inhérente, participation, c'est affirmer que la perception implique toujours, en sa réalité la plus intime, l'expérience d'un entre-rapport actif, d'un couplage entre le corps percevant et ce qu'il perçoit. Avant toutes nos réflexions verbales, au niveau de notre engagement spontané, sensoriel, avec le monde autour de nous… nous sommes *tous* animistes (Abram, 2013 : 83-84).

Ainsi, si l'on en croit ces auteurs, accorder de *l'attention aux perceptions* implique nécessairement une « participation », soit une relation réciproque entre l'individu et son

environnement, une manière *d'être branché différemment* de lorsque l'individu considère le monde d'un point de vue abstrait et conceptuel. Plusieur.e.s praticien.ne.s qualifient cette expérience de « participation » de *retrouvailles*. *Retrouvailles* avec un vécu familier dans *l'enfance*, avec une sorte de *sensorialité première*, d'*état d'origine.*

2.2.2 *Retrouvailles* avec un *état d'origine*

La plupart des praticien.ne.s relèvent que ce qu'ils expérimentent en *voyage*, en *transe*, au cours d'*une imagination active*, cet état de conscience élargi, changeant, décentré, dans lequel ils se sentent reliés à la *terre*, au *cosmos*, ils/elles l'avaient déjà expérimenté enfant :

> *L'arrivée du chamanisme dans ma vie, c'était un peu… ça a été plus des retrouvailles qu'une découverte… ça a été plus genre… ah ben oui c'est la maison… là je reconnais les choses…* (…) *c'était pas inconnu, c'était « ah enfin quoi ! » c'est ce que je faisais enfant, c'est ce que j'ai toujours cru… rien d'étrange… juste « ah super ! »* mentionne C7 alors que nous devons nous presser de conclure. Notre entretien a duré si longtemps que les magasins vont fermer. Si on ne se dépêche pas, elle n'aura rien à manger pour le souper.
>
> *Ca m'a beaucoup rapproché du style de vie que j'avais quand j'étais enfant…* me dit C6 après m'avoir parlé d'avoir notamment recours au chamanisme pour gérer les douleurs aux articulations liées à son âge.
>
> *Si on veut ça m'a raccroché à mon enfance… des choses qui tout à coup ont pu ressurgir… de dire « mais ça j'ai déjà entendu… j'ai déjà capté quelque chose comme ça beaucoup plus jeune… qui fait que c'est important pour moi d'aller sur ce chemin là…* exprime C5, en prenant le temps, là encore, de laisser résonner chaque mot.
>
> *J'ai vraiment eu… c'était assez impressionnant pour moi de… c'est pour ça que j'ai continué hein… j'ai eu l'impression de rentrer à la maison… c'est-à-dire que j'ai eu… je n'ai pas eu l'impression de découvrir des choses, j'ai eu l'impression de retrouver des choses que je sentais…* souligne C4, alors que nous buvons un verre de cidre dans une petite crêperie du coin, en attendant que sa fille termine son cours de dessin. Nous poursuivrons l'entretien après le repas, une fois les trois enfants couchés.

> *On peut se reconnecter avec quelque chose qui a déjà existé au début de notre vie… mais comment trouver le chemin, pour se reconnecter… c'est ça qui est difficile… moi je pars de l'idée que l'on a tous été enfants, on a tous été petits, donc on a tous été en contact… simplement parfois il y a de sacrées barrières…* m'explique J6 en poussant vers moi la soucoupe contenant des boules de chocolat Lindt que je lui ai confié adorer.
>
> *La transe et la relation hypnotique, c'est une exploration qui est comme quand on est tout petit… je ne sais pas, il y a un quelque chose de très régressif…* note H7 qui, à la fin de l'entretien, emmènera sa fille prendre l'avion pour un voyage de plusieurs mois.

J4, en m'offrant, non pas des boules Lindt mais des bâtonnets enrobés de chocolat, relève que :

> *Jung dit que les enfants sont dans une participation mystique… ils sont dans ce substrat encore... ils sont en développement… ils ne sont pas complètement séparés…, ni des parents, ni de cette strate comme ça de terreau, et qu'effectivement… il n'y a pas de prise de conscience mais ils vivent à travers ça… ça se vit à travers eux… et quand on est en thérapie avec des enfants… j'ai eu des enfants très jeunes… j'ai eu des enfants de moins de 3 ans en thérapie… et effectivement c'est le rôle du thérapeute de comprendre ça...* (…) *on se met avec eux dans leur monde, dans leur jeux et c'est ça qui soigne…*

Pour J1, mimant l'enfant absorbé dans son jeu :

> *C'est de l'imagination active dans le sens où on ne voit pas le temps passer…on est dans la sensation complètement… on est un peu comme un bébé avec un nouveau jouet… il n'y a rien qui le dérange… il n'y a rien qui peut venir se mettre entre son jeu et lui… ses états fabuleux de concentration des enfants qui jouent… (…) on voit très bien que ça clique à tous les étages… et qu'ils sont absolument et magnifiquement concentrés… parce que ces état de conscience modifiés, c'est entre autre une hyper concentration* (J1).

Pour mes interlocuteur/trice.s ce que l'on nomme « *état de conscience modifié* » *probablement c'était celui-là, celui d'origine et on l'a bien modifié… alors maintenant chercher à apprendre plein de choses qu'on a juste perdu parce qu'on est devenu trop spécialisés… les enfants fonctionnent quand même comme ça tu vois…* (C6). Dans les

récits des acteur/rice.s, il semble effectivement qu'il s'agisse d'apprendre des choses que l'on a perdues. Il est question de *retrouvailles*, d'avoir l'impression de *rentrer à la maison*, de *reconnecter avec quelque chose qui a déjà existé au début de notre vie*. Je relève aussi la notion de « jeu » sur laquelle nous reviendrons à plusieurs reprises tout au long de cette thèse.

Cet *état de conscience d'origine*, mes interlocuteur/trice.s, le rapprochent aussi de ce qu'ils imaginent être la perception animale. H5 relève que l'être humain *a une capacité à s'extraire de ces contextes qui est très forte.* Il dit : *c'est génial d'un côté… puis de l'autre on échappe un peu… il me semble… à la vie…* Alors que :

> *L'animal il est totalement inséré dans son contexte… et quand on parle d'instinct de choses comme ça… mais il est totalement pris là-dedans… après quand il y a des décrochages contextuels, alors évidemment il y a des comportements, des choses comme ça… mais dans le fond, si on regarde l'être humain, il n'est pas aussi sage que l'animal, je veux dire, de ce point de vue là… si on regarde, en termes de comportements… la pulsion animale… elle n'est pas... elle est extrêmement réglée (la pulsion animale)… elle est réglée par un contexte, par toutes sortes de choses qui sont là et qui jouent un rôle… l'être humain lui il est… décroché de son contexte…* (H5)

H8, dont le chat au long poils blancs ronronne tout près alors qu'elle-même est adossée aux étagères sur lesquelles sont présentées de nombreuses cartes postales d'animaux, se réfère à Vinciane Despret, éthologue, à Isabelle Stengers et à Roustang et souligne que pour eux, ainsi que pour elle :

> *C'est l'animalité en nous qui guérit… c'est pas le mental et le volontarisme… et notre culture, elle, nous a coupés, déracinés… on est en culture hors sol tout le temps…* (H8)

H7 souligne le fait qu'elle emprunte souvent des images des récits de Sarah Marquis qui fait des voyages assez extrêmes, *une espèce de femme sauvage qui a moins peur des Couguars que des êtres humains*. (H7)

Jean-Marc Benheim quant à lui écrit en citant Roustang : « Dans certains peuples ou certaines civilisations, la sensorialité première se développe. Les individus savent s'orienter dans la forêt vierge ou le désert, ils sentent l'approche des animaux ou des

ennemis, etc. Dans notre culture, c'est le contraire. Cette sensorialité s'étiole au fur et à mesure du développement au profit de l'entendement. Nous vivons, et de plus en plus, avec des prothèses qui nous évitent de mettre en œuvre cette sensorialité. Alors nous tombons des nues quand on évoque quelque chose de cet ordre. Dans notre culture, seuls les poètes ou les artistes savent de quoi il s'agit quand on leur parle de cette sensorialité. On n'a pas besoin de leur expliquer ce qu'est l'hypnose. Ils le savent » (Benheim, 2011 : 257).

Jung pour sa part évoque un état de conscience qui permet de se laisser guider par l'inconscient. Inconscient que l'on pourrait rapprocher ici de la notion d'« instinct » :

« (…) pour savoir où trouver de l'eau, on peut observer le vol des oiseaux. Un autre homme s'en remettra à l'odorat de son cheval. Ou encore, s'il n'y a pas d'animal secourable dans les parages, il aura recours à la magie – dessiner une figure dans le sable, ou balader une baguette magique de sourcier au-dessus du sol – et c'est son inconscient qui lui indiquera où trouver l'eau » (Jung, 2018 : 52-53).

Sur la base de l'analyse des discours et de ma propre expérience, je souhaite suggérer ici que de mon point de vue, si l'expérience favorisée par les trois pratiques étudiées peut être vécue comme des *retrouvailles* avec un *état d'origine*, elle s'en différencie toutefois de par ce que je qualifie, au chapitre suivant, d'un double positionnement psychique. Mais pour le moment, intéressons-nous encore plus précisément au vécu de cette expérience de « participation ».

2.2.3 *Un espace sans parole, sans pensée*, sans *identité* figée, un *démembrement*

Pour les praticien.ne.s, cet *état d'absorption dans un monde perceptif*, un état qui *a déjà existé au début de notre vie*, permet de se *réinsérer dans son contexte*, de ne plus vivre avec des *prothèses*, *hors sol*, en *échappant un peu à la vie*, mais de retrouver une *sensorialité première* capable de nous guider. Néanmoins si cet état de conscience élargi, dynamique, décentré permet de retrouver une *sensorialité première,* cet état de conscience d'origine amène aussi à vivre des expériences qui peuvent être déstabilisante, comme des expériences de « *démembrement* » :

> *J'ai eu des démembrements spontanés de gens qui n'avaient jamais entendu parler du chamanisme qui disaient je suis toute dépecée, en morceau, je suis décomposé et tout ça, qui pourrait faire peur en psychiatrie parce qu'on*

> *pourrait dire c'est une dislocation… et ben à ce moment-là je dis « ah oui… » tout comme dans le travail chez les chamans, il y a le démembrement et vos animaux ont la capacité de... vous pouvez, pas vous, mais vos animaux ont la capacité de vous recomposer… (*H8)

Michael Harner, fait le même constat. Il relate dans son ouvrage *Caverne et Cosmos* qu'il a été surpris au fur et à mesure des séminaires qu'il animait du nombre d'expériences de *démembrement* et de leur similitude avec les récits des chamanes autochtones, notamment sibériens (Harner, 2014 : 254). Selon mes interlocuteur/trice.s, ces expériences de *démembrement* sont à mettre en lien avec le fait que dans cet *état d'absorption dans le monde perceptif* règne une certaine *confusion au niveau des mots*, de même les perceptions de l'identité et du temps sont relativisées.

Dans cet *état de perception globale où en un sens tout se mélange*, (Célestin Lhopiteau, 2011 : 33) il est difficile de penser, de mettre des mots :

> *C'est une dimension qui… je le dirai comme ça… moi j'ai l'impression qu'elle est indicible…* relève H5 alors que nous nous entretenons dans l'ambiance presque aseptisée d'un bureau administratif d'hôpital.

> *Je sais pas trop comment… En tous cas à l'époque je pouvais pas y mettre de nom ou de mots… c'est quelque chose qui s'est produit… maintenant je peux dire, c'est peut-être… c'est une des caractéristiques du voyage chamanique qui nous amène dans d'autres mondes… il y a peut-être ce vocabulaire-là qui pourrait venir maintenant… mais sur le moment vécu, c'était quelque chose de complètement… hors de mes représentations… où j'étais plutôt pris par les choses un peu cartésienne…* explicite C5 toujours attentif au choix des mots, laissant beaucoup d'espace à l'expression non verbale.

> *Je crois que c'est ça qui est très important dans cette approche (que)… on fait vivre… ou on vit quelque chose à un niveau plus entier, global, et le corps en fait partie… et là il n'y a pas de paroles, il n'y a pas de pensées, d'explications… de raisonnement encore… ce n'est que du vécu…* mentionne J2 alors que mes yeux se portent sur une des poupées destinées aux enfants qui viennent la consulter.

> *A un moment, je crois que plus on avance dans ce processus-là, moins on va pouvoir l'exprimer avec des mots…. Parce que après on est dans une… c'est*

> *comme si le processus allait parler à travers nous… voyez ce que je veux dire… c'est super difficile de mettre des mots dessus et en même temps c'est important d'essayer…* souligne J3 avec ce regard complice de chercheuse en sciences humaines.
>
> *Dans cet espace symbolique… je ne peux que vivre ce paradoxe qui me laisserait sans mot… donc c'est avant les mots… donc c'est plus vaste que des concepts* (…) *c'est difficile de mettre des mots… et en même temps c'est chouette que ce soit difficile de mettre des mots… donc ça ne me dérange pas… au contraire… j'aime beaucoup faire ça avec toi maintenant… parce que c'est justement un peu avant qu'il y ait des mots…* note H2 avec cette connivence de femme, de mère, qui accompagnons les enfants sans les mots.

Je trouve intéressant de mettre les expériences de *démembrements spontanés* ainsi que ce vécu *indicible* - où *c'est super difficile de mettre des mots*, *il n'y a pas de paroles, de pensées, d'explications, de raisonnement*, *avant les mots, plus vaste que les concepts, complètement hors* des *représentations* habituelles - en lien avec le fait que *l'identité*, cristallisée au moment de l'acquisition du langage[38], est, elle aussi, relativisée.

Pour J7, avec qui nous savourons un délicieux petit-déjeuner, au travers des expériences suscitées par ces pratiques, on réalise *qu'on est fait de plein d'énergies différentes… différentes selon les personnes et que l'on peut moduler selon les circonstances... parce que l'on a besoin à un moment donné ou l'autre… qui sont parfois même opposées…* (J7) Et si l'on s'ouvre à cette pluralité, *les choses ne sont plus aussi figées et l'avenir aussi tracé…* (J7)

D'ailleurs relève H5, qui partage son érudition avec une grande humilité :

> *On est pratiquement la seule culture à avoir cette notion d'identité de la personne… et de permanence de l'identité… depuis le 17e siècle, qu'on a mis dans notre culture… mais en fait beaucoup dans d'autres cultures… on change… par exemple les cultures où je peux être habité par un esprit à un moment donné, prendre une autre personnalité et puis avoir encore une autre personnalité le lendemain en fonction du clan, en fonction de la culture, en*

[38] Nous reviendrons sur cette affirmation en lien avec la théorie de psychologie sociale de G.H. Mead (1934) dans le chapitre ethnologique dans la partie analytique.

> *fonction de toutes sortes de choses… ça ce sont des choses qui sont intéressantes… ça veut dire que je suis… plus je me fonds dans l'environnement, et plus je suis dans un univers perceptif qui va évoluer en permanence… et qui va me façonner…* (H5)

Roustang cite Hegel : « Nous sommes un monde de contenus concrets à la périphérie infinie, nous avons en nous une multitude innombrable de relations et de connexions, qui est toujours en nous, même si elle n'entre pas dans notre sensation et représentations ». Les relations et connexions dont nous sommes faits sont d' « une infinie richesse ». La plupart du temps, nous n'y pensons pas, nous n'en avons pas la préoccupation, et pourtant elles ont formé et elles forment notre individualité » (Roustang, 2008 : 19).

Il apparaît donc que *l'attention aux perceptions*, cet *état de conscience* élargi et dynamique, au sein duquel les *liens* avec *l'environnement*, *le cosmos* sont *fondamentaux*, au sein duquel l'individu est *réinséré dans son contexte*, amène les sujets à faire l'expérience d'une *identité* formée d'une *multitude innombrable de relations et de connexions*, qui se *module selon les circonstances*, qui n'est plus *figée*, qui *évolue en permanence en fonction de l'environnement*, *du clan*, *de la culture* dans laquelle il/elle se trouve. Faire l'expérience que son identité n'est plus stable, dans notre culture, peut déstabiliser, donner l'impression d'être *décomposé*, *disloqué*.

Dans ce vécu de confusion au niveau des mots mais *en même temps très clair au niveau de l'expérience* (H2), *la meilleure manière de décrire ce que le conscient ne peut pas appréhender… encore…* (J1) semble être, pour les praticien.ne.s le recours aux images[39].

> *C'est là où les mots manquent, où à un moment donné on a besoin d'images et de symboles pour parler des choses parce qu'au niveau des mots…* relève J3, dont les livres ouverts offrent de nouvelles images, différentes lors de chaque entretien.

[39] Rappelons que nous considérons par le terme image, non pas uniquement les images visuelles mais les images associées à tous les sens.

> *Parce que c'est inaccessible au niveau de la pensée, (…) il faut passer par l'image… alors ça c'est clair que l'image ouvre…* affirme J7 en me resservant du café.

Jung dit : « (…) *nombreuses sont les expériences intérieures qui ne sont compréhensibles qu'au moyen de l'œil intérieur ou du cœur – que soit le terme pour qualifier cet organe perceptif. Tout y semble parfaitement limpide, mais le langage humain s'avère inadéquat et c'est alors qu'on se tourne vers le dessin.* » (Jung, 2018 : 48) Car selon Chevalier, pour Jung, « (…) *le symbole n'enserre rien, il n'explique pas, il renvoie au-delà de lui-même, vers un sens encore dans l'au-delà, insaisissable, obscurément pressenti, que nul mot de la langue que nous parlons ne pourrait exprimer de façon satisfaisante* » (Chevalier, 1982 : XIV).

Et, c'est bien cette expression par les images comme seul moyen d'appréhender ce qui est encore *insaisissable*, *inaccessible au niveau de la pensée,* mais *obscurément pressenti*, qui s'effectue au sein des pratiques étudiées :

> *Par les images on peut faire ce travail justement, par le travail de l'hypnose, par le travail du chamanisme, par le travail...* confirme H8 en reculant pour s'adosser dans un mouvement de détente à sa chaise.

Même si paradoxalement, les praticien.ne.s relèvent que les mots peuvent être des images :

> *Je trouve le langage… comme j'ai dit, mes premières études c'était la littérature, donc moi j'ai aussi beaucoup, disons de… comment dire d'attirance pour le langage… et je crois qu'il y a des expressions langagière ou une façon de parler qui est très proche de l'image aussi… ou très proche de ce vécu là aussi… la poésie, les contes… voilà…* (J2)

> *Je pense que la poésie peut avoir le même pouvoir évocateur que la peinture… et même plus… donc c'est juste un moyen différent… (…) avec des résonnances sur nous différentes…* relève C1 entre deux avions qui passent et qui couvrent nos voix alors que nous cherchons à profiter du soleil encore timide de ce début de matinée, chez une amie commune, dans le jardin qui jouxte l'aéroport.

> *Pour moi une représentation symbolique c'est… ça peut être une phrase parce que pour moi la langue est un symbole. Ça peut être une phrase… Ca peut être un rythme de tambour… ça peut être une image... (ça peut être) un parfum…*

> *(ça peut être) un goût…* précise H4 après m'avoir fait part de l'importance du jazz pour lui.

Si l'on résume, selon les praticien.ne.s avec qui je me suis entretenue, *l'attention aux perceptions* conduit à faire d'une part l'expérience d'être *réinséré dans son contexte*, *en lien avec la nature*, *le cosmos*, dans un vécu qui rappelle celui de l'enfance, qui donne parfois *l'impression de rentrer à la maison*. Et d'autre part, cet état où *il n'y a pas de paroles, de pensées, d'explications, de raisonnement*, *complètement hors* des *représentations,* ce vécu où il est nécessaire de recourir aux *images*, aux *symboles* pour exprimer ce qui est *obscurément pré-senti*, cette expérience dans laquelle l'identité devient « mouvante » en fonction des *relations*, du *contexte* peut être déstabilisante.

2.2.4 Expériences spontanées

Il semble que ces expériences soient particulièrement déstabilisantes lorsqu'elles surviennent spontanément, hors cadre thérapeutique ou ritualisé. Pour J6, les expériences spontanées de ce type,

> *ça peut venir à tout moment mais ça vient pas si souvent, c'est quand même… c'est comme les grands rêves, c'est… moi je le vois plutôt dans des moments importants… pendant des moments de crises par exemple… ben justement, on est désespéré, on ne voit pas de solution… et qu'il y a une solution qui vient justement d'ailleurs, de ce Soi qui nous porte aussi… ou quand… il y a des grands changements… par exemple à l'adolescence ou au tournant de la vie… ou préparation de la mort… bien sûr la naissance aussi* (J6)

Il s'avère que plusieurs de mes interlocuteurs ont fait des expériences marquantes au cours desquelles des images sont apparues spontanément alors qu'ils vivaient des événements qui peuvent être considérés comme initiatique, au sens d'un rite de passage, un moment d'« entre deux » que je mettrai en lien avec le concept de « liminalité » au chapitre 3.1. H5 souligne que si les expériences « spontanées » sont particulièrement intenses, selon lui, elles sont néanmoins de la même nature que ce qui est expérimenté dans le cadre de pratiques étudiées :

> *Dans l'existence on a des moments de changements forts en lien avec notre existence, un parcours de vie personnel ou que sais-je… ça prend une texture plus forte… mais c'est de la même nature en fait…* me dit H5 les deux mains posées à plat sur la table.

Voici les récits tels qu'ils m'ont été relatés :

Une adoption

H3 a 11 ans lorsque sa famille d'accueil décide de l'adopter. Alors qu'elle n'a aucun souvenir de ses parents biologiques, des « flash-back » lui reviennent :

> *A 11 ans ça a vraiment été un moment décisif. J'ai rêvé de mon père qui était à la fenêtre pis qui voulait m'avoir quoi. Qui voulait me reprendre et tout. Pis quand je me suis réveillée le lendemain j'étais allé voir mes parents adoptifs pis j'ai dit « ah ouais mon père il est grand, cheveux frisés, bruns, nana.. » Pis mon père adoptif il a dit « ben oui c'est ça ». Exactement. Donc c'était vraiment des flashs.*
>
> *Pis après je pense que ça a été, euh.. Quelque mois après, j'ai vu : j'étais dans un appartement avec un balcon. Il y avait ma mère. Il y avait une chaise berçante. Pis... Elle essayait de mourir quoi. Je me rappelle plus quoi. Elle essayait de se suicider. Je ne sais plus comment, si elle essayait de se trancher les veines ou quelque chose comme ça. Mais c'était assez fort, c'était vraiment fort. Mais c'était angoissant. Je me rappelle autant mon père quand je l'ai vu, ça m'angoissait pas. J'étais triste. J'ai vraiment eu un sentiment de tristesse quand j'ai eu ces images dans mes rêves. Que avec ma mère c'était vraiment angoissant. J'étais vraiment pas bien pis... je me voyais... j'étais toute petite, je marchais à quatre pattes. J'étais assise* (émotion)*. Je me rappelle. Ca j'ai jamais raconté à mes parents* (adoptifs) *par contre. J'ai pas raconté à beaucoup de personne.*
>
> *C'est vrai que j'y pense, ça coïncide avec mon adoption. Donc vraiment je suis passée en cours. Il y a eu plein de procédures. Donc ça, ça a peut-être été un facteur qui a un peu déclenché les souvenirs* (H3).

20 ans, entre deux voyages

> *Il y a une image par exemple, qui me vient maintenant, d'un rêve que j'ai vécu… je me retrouve dans un endroit, j'ai 20 et quelques années… je dors sur un tout petit matelas très fin… et je suis dans la maison de mes parents… j'avais voyagé, j'étais revenu, je passais quelques jours chez eux, j'allais repartir… et puis tout à coup au milieu de la nuit* (…) *je marche dans l'eau, dans une rivière… et tout à coup je vois des serpents dans la rivière qui viennent… et puis ces serpents, petit à petit commencent à me monter le long des jambes, et il y en a un qui vient tout près là vers moi… et à ce moment-là je suis sur le dos, je le sais par rapport à après ce qui s'est passé… je suis sur le dos et je me mets à me cambrer… et je me frappe le sacrum sur le sol… ça a fait tellement de bruit que ma mère m'a dit… « Mais qu'est-ce qui s'est passé ? A un moment donné ça m'a réveillé, il y a eu un bruit… » et ça a tellement résonné… et ça pour moi c'est un rêve qui a du sens… je sais pas si c'est un rêve initiatique ou… on peut mettre ce qu'on veut dessus… c'est un rêve qui m'a bien causé… et en fait le choc, je trouve que c'est intéressant parce que ça m'a fait en même temps prendre conscience… j'ai eu peur, j'ai voulu me retirer… mais en même temps il y avait rien de… il y avait rien de menaçant… j'avais l'impression que je pouvais l'écouter ce serpent et puis qu'il avait quelque chose à me dire…* (…) *après coup… ça c'est pour moi c'est un rêve qui est assez fondateur de ce changement… bon après métaphoriquement on peut faire des liens avec la Kundalini… quand on se tape le sacrum de cette manière-là, qu'est-ce que ça veut dire, ça réveille quelque chose… en tous cas moi ça m'a réveillé, au sens…* (…) *ça a été un tournant aussi dans ma propre place dans la société… je pense que c'est un rêve qui a du sens pour moi…* (…) *oui j'y ai mis du sens… je pouvais faire confiance… dans la vie… et aller de l'avant… et être attentif à ce que me propose la nature d'une certaine manière… sous forme de serpent mais... sous forme… (…) alors je le vois encore ce rêve, il est très présent pour moi… alors il y a d'autres rêves après qui ont continués… qui ont construits… qui ont continué de construire…* (H6)

Une analyste jungienne évoque aussi un « éveil de la Kundalini », des vibrations dans la base de la colonne vertébrale, autour de ses 20 ans, dans une phase difficile de sa vie.

Grossesse et maladie

> *Alors c'était très fort je sais pas si on peut dire une vision ou un rêve. Ce qui était sûr c'est qu'avant que je tombe enceinte du dernier de mes fils. Je fais un rêve un soir, une nuit... non mais grave, hein. Je vois une femme, j'oublierai jamais son visage d'ailleurs… avec des cheveux, coupe au carré, jusqu'aux épaules, des cheveux raides, châtains clairs qui vient vers moi et qui me dit « bientôt tu vas avoir une enfant, et cet enfant, il faut que tu saches que quoiqu'il arrive, quoi qu'il advienne, il faut que tu le gardes ! » Alors j'étais avec un homme, on vivait pas ensemble, il avait déjà trois enfants, moi j'en avais deux… la situation... mais c'était quelque chose de tellement fort. Je me suis réveillée le matin, je me suis dit « ah mais c'est quoi, c'est quoi cette histoire ?! » Trois mois après, j'apprends que je suis enceinte. Je vais chez mon médecin et je lui dis « non mais c'est pas possible, je sais exactement les dates où j'ovule, je sais exactement… y a pas eu d'ovulation… » (…) bon d'accord, je tombe enceinte ! J'arrive chez le gynéco, pour le deuxième mois… Donc le père lui ne voulait pas d'enfant ! Ça a créé pas mal de tensions entre nous, donc j'ai décidé de me séparer, de le quitter… Et j'avais toujours ce souvenir de « quoiqu'il arrive tu dois le garder » mais je savais pas pourquoi… Après… j'étais enceinte, je vais chez mon gynéco. Et là, pas de bol, j'apprends que j'ai un cancer… de l'utérus. Il me dit : « Bon ben de toutes façons vous en avez deux grands, c'est bon on l'enlève. » Et pis là j'ai toujours pas oublié la phrase et j'ai dit « Ben non, je le garde ». Il me fait mais vous êtes au stade trois, et quand on est enceinte, les cellules se multiplient et donc ça veut dire que vous avez un risque de faire un cancer général et je lui dis « Non j'ai la foi ». Et vraiment... Et donc je l'ai gardé tout en faisant un traitement ayurvédique. (…) Et suite à cette naissance, donc il y a eu quelque chose qui s'est passé, j'ai vraiment senti. Ou j'ai commencé à avoir une vision très claire du monde d'en haut, j'ai commencé à voir les esprits, j'ai commencé à vraiment être proche du monde d'en haut. C'est pour ça que je te dis. Il y a vraiment eu quelque chose qui s'est ouvert à ce moment-là. C'était dingue… ouais. Et là, à partir de ce moment-là, ma vie a changé. Je suis partie dans la spiritualité, je suis partie dans le chamanisme, j'étais « trader » avant. J'ai changé ma vie, tac, comme ça* (C8).

Entre la vie et la mort

C'est vrai que les peak experiences je les ai vécues plutôt comme expériences un peu extrêmes de vie et de mort… avec cet accident par exemple… (…) *je suis restée plusieurs jours avec des fortes fièvres… dues à l'infection etc. et c'est vrai que j'ai eu des moments de transe avec la fièvre où je me suis retrouvée en Amazonie au milieu d'indiens nus qui dansaient en cercle autour de moi… et c'est vrai que j'avais vraiment bénéficié au réveil d'un vrai soutien et d'une force… de leur part…* (C1)

Expérience de mort imminente à l'annonce de la mort imminente de son père

Ce qui m'a amené à faire du chamanisme et le fait de conscientiser des visions. C'est des expériences d'état de conscience modifié que j'ai faites il y a bien longtemps. Je n'avais aucune conscience de ce que pouvait être le chamanisme, etc. etc. Et effectivement c'était une expérience de mort imminente vraiment marquante. Ça m'a bouleversé. Ça a totalement modifié ma vie. (…) *Comment expliquer ça simplement… les mots c'est difficile… Encore une fois, se forme dans l'esprit ou dans la conscience que effectivement je suis mort, que je suis accueilli, mais que je dois regarder la raison pour laquelle je suis là. Et puis les mots défilent... le mot défiler est faux… se forme devant moi un monde qui est le mien... je me vois dans ce monde… je me vois agir dans ce monde. En entendant certains témoignages « je vois défiler ma vie au moment de mourir » c'est un peu ça mais en même temps on a tout en même temps, toutes les informations en même temps, on se voit dans plein de situations. Et j'ai l'impression de comprendre que je suis un être lumineux. Comme tous les êtres d'ailleurs. Mais que dans le monde qui se présente à moi sous cette vision, je n'ai pas utilisé la brillance, la lumière. Et pis je me vois comme si j'avais une sorte de cape, de manteau gris, par-dessus moi, qui m'empêche de rayonner cette lumière justement. Et je suis pris d'une honte* (rires) *incommensurable. Je suis terrassé, pétrifié par le fait de prendre conscience que j'ai pas fait juste, ou que j'ai pas réussi et je pleure toute l'eau de mon corps. Et je pleure, je pleure, je pleure… Et là aussi ça dure des siècles. J'ai des siècles de honte. Je suis la misère du monde à ce moment-là. Et de nouveau se forme l'idée que c'est pas grave, que je vais y retourner, et que voilà. C'était juste important que je vienne ici pour prendre conscience de ça. Et tout à coup, il y a une sorte de… 'fin je sais pas trop ce qui se passe.. ça fait comme quand on rembobine une*

bande très rapidement... et je me retrouve dans mon corps. (…) *Là-dessus je suis rentré en Suisse,* (…) *Mais j'avais ce questionnement. Qu'est-ce que c'est ? Qu'est-ce que j'ai vécu. Avec une sorte de dépression post « expérimentale » (rires). Et j'avais l'impression d'avoir reçu un énorme cadeau, quelque chose d'extraordinaire, un trésor mais que je n'avais pas les règles du jeu. (…) Les gens projetaient leur croyance sur l'expérience et pis… c'était pas bien. Les anges, les machins, pis ça correspondait pas vraiment à ce que j'avais vécu. C'était pas satisfaisant. Certaines personnes m'ont conseillé d'aller voir un psy. Alors je suis allé voir un psy, je lui ai raconté l'histoire. Et il m'a dit « mais c'est des hallucinations mentales ». Ok. Cette réponse ne me convenait pas. J'avais vraiment vécu quelque chose qui avait modifié mon comportement, modifié ma vie et m'avait bouleversé* (C2).

Au moment du décès de son père

Ça s'est passé en 2000… je me souviens de l'année parce que ça s'est passé le jour de la mort de mon père… alors je vais raconter… est-ce que tu aimerais que je raconte l'histoire ou vraiment l'image ? (comme t'as envie) *ben justement j'ai de la peine à dissocier comme je veux pas parler… la mort de mon père, c'était une mort subite… et ce jour-là, sans rentrer dans les détails, très vite j'étais auprès de lui, il était dans sa maison, il était couché au sol… donc il y a eu tout un moment de contact avec lui… le constat de la mort avec ma mère, après mes frères et sœurs qui sont arrivés* (…) *bref, toujours est-il qu'il y a eu un moment près du corps de mon père qui a duré je pense plusieurs heures… et puis après ça il y a un moment où je me suis extrait… disons j'ai quitté ma mère… ben le corps de mon père, mon père, mes frères et sœurs qui étaient dans une pièce… puis j'ai voulu sortir de la maison familiale… et pour faire ça, je suis passée par la cuisine… et j'ai ouvert une porte fenêtre où il y a un seuil en métal… bon ben le seuil qu'il y a… ces seuils en aluminium… si je donne ce détail, c'est parce que l'image elle est en lien avec… le son que mon pied à fait au moment où j'ai touché le seuil… pour sortir de la maison… et je suis passée vraiment dans un autre état… puis je peux dire passer parce qu'en même temps je sortais de la maison… c'était l'heure où les heures qui ont suivi la mort de mon père… et j'entends ce son… et instantanément je me trouve comme dans mon enfance parce que j'ai passé ce seuil des centaines de fois…*

et j'ai entendu la voix de mon père qui disait « ah quand j'ai fait les plans de la maison, si j'avais su qu'on passerait si souvent ce seuil… je l'aurais fait plus bas, plus simple, plus accessible… ». Je passe ce seuil, et comme dans mon enfance je m'achoppe… à ce métal… et j'entends le son… que je peux entendre maintenant quand je te parle… et c'est pour ça que c'était comme un gong, et que c'était une image son… mais je peux pas dissocier le son du métal, ni du seuil, ni de la maison familiale… donc c'est une image majeure… et quand je sors, je suis de plein pied… donc c'est une porte-fenêtre de plein pied entre la cuisine familiale et le jardin que mon père avait fait… et quand je fais le pas dans ce son, dans cette image et que j'entre… il y a une voix instantanément, qui me dit… « oh… » J'essaye de trouver les mots, parce que évidemment c'est encore du non verbal… mais sur le moment ça me disait… « oh, et dire que la petite fille en toi qui a 6,7-8 ans peut-être… j'ai essayé de lui donner un âge à ce moment-là… elle croyait et elle croit toujours aujourd'hui… toujours… que papa et la maison c'était immortel… »… ça pour moi c'est vraiment un « état de conscience modifié »… c'est d'une intensité… c'est une totalité… une totalité… donc je peux pas appeler ça autrement qu'une image… (…) *dans ce moment là où j'ai constaté le décès de mon père, j'étais avec ma mère, il y avait des émotions, il y avait plein de choses… mais moi je l'ai vécu de façon plus intime… au moment du son du passage du seuil de la cuisine… et c'est comme si à ce moment-là j'ai touché un moment d'initiation profonde… en même temps avec moi-même, parce que je l'ai vue cette petite fille… je l'ai vue en moi, c'est une image psychique… je ne me suis pas vue, je me suis éprouvée comme étant réellement à cet âge-là…* (…) *ce qui est fort dans cette image… bien sûr c'est toute la charge émotionnelle… mais c'est le fait que ça a eu un sens comme un mandala, comme une totalité… bien sûr qu'il y a un avant un après en terme de vie et de mort de mon père mais il y a aussi un avant et un après, en terme d'expérience, si puissante et si intime du noyau en même temps de la temporalité et de l'atemporalité… c'était vraiment étrange de me retrouver au milieu… tu vois mes mains font une croix… c'était en même temps que je prenais conscience que je n'étais pas éternelle, et que mon père n'était pas éternel et que la maison n'était pas éternelle… c'était une seule et même chose… et en même temps… peut-être l'éternité existe quand-même… je peux pas dissocier… c'est pour ça que c'est une expérience… déjà en tant que telle elle était en même*

> *temps simple… et en même temps d'une grand intensité, d'une grande force, d'une grande émotion… mais c'est comment ça s'est déroulé, c'est l'accès à cet espace ou à cet espace modifié de conscience ou à cette expérience qui m'a le plus marqué…* (…) *alors après il y a eu une cascade d'événements dans ma vie… j'ai vécu beaucoup de ruptures après ça… mais pas des ruptures en termes de mise en danger, de catastrophe… des ruptures en termes de changements dans ma vie… donc ça a été majeur… comme quelque chose qui se craquèle, qui bouge, vraiment des changements… des changements dans les 2 ans qui ont suivi… comme une métamorphose… c'est peut-être un grand mot, mais très vite sur le moment, j'ai senti que c'était la suite de ça…* (…) *c'était un peu comme un voile qui s'est déchiré… après ça je me suis positionnée différemment dans ma vie… de façon plus responsable… je pense que je peux dire ça comme ça… j'ai osé plus de choses et… c'est un peu bateau de le dire comme ça mais je l'ai vraiment vécu comme une initiation…* (H2)

Ces expériences, je l'ai relevé, interviennent toutes dans *des moments importants*, des moments de *grands changements*, or, pour Hillman : « Changer véritablement signifier se transformer même à ce niveau psychopathique cliniquement défini comme une incapacité de changer ; changer véritablement signifie également se transformer au niveau psychotique, en partie défini en termes de processus psychiques irréversibles » (Hillman, 2006b : 136). Je reviendrai dans le chapitre consacré à l'analyse ethnologique sur cette *transformation au niveau psychotique* pour *changer véritablement*. Évoquons déjà le fait que ces moments de grands changements peuvent être considérés comme des rites de passage et que la phase durant laquelle le sujet se retrouve dans un vécu psychotique, peut être associée à la phase identifiée Van Gennep (1909) et Turner (1990), inhérente à tout rite de passage, la phase liminale. Dans cette phase le sujet se défait de son identité passée mais n'a pas encore endossé son identité future.

2.2.5 Expériences initiatiques

Si l'on conçoit la psychose comme un trouble du sentiment de sa propre identité, une crainte de la disparition du Moi, d'une disparition des limites démarquant l'individu de l'environnement, on retrouve les caractéristiques de l'état de conscience décentré, élargi et dépendant des relations au contexte, relations formant notre individualité et on comprend que ce vécu puisse être déstabilisant, angoissant. Une peur, parfois une terreur, que l'on retrouve dans les récits d'expériences « initiatiques », soit lorsque la pratique est elle-même à visée initiatique[40] ou lorsque des personnes expérimentent pour la première fois ce type de pratique. Dans le cadre du néo-chamanisme, des voyages dans le désert ou des « quêtes de visions », durant lesquelles le/la participant.e est plusieurs jours seul.e dans la nature, sont proposés. C7 raconte :

> *On a marché toute une journée avec les dromadaires, on a fait toute une traversée de rocaille… et puis après on a traversé un col de montagne… et puis on est arrivé pour bivouaquer, vraiment au pied de montagne quoi… de petites montagnes… et là le soir, chacun va dormir où il veut quoi… on ne dort pas ensemble, chacun va dans son coin de nature dormir… (…) et puis il y avait ce pan de montagne, complètement noire… de la roche noire un peu comme ça quoi… et pis il y avait un petit plat, et puis ça, ça, surplombait le bivouac… et je devais aller dormir là… mais c'était pas très amical… et pendant tout le moment de s'endormir, j'avais vraiment l'impression d'être bombardée d'images quoi…* (…) *et pis après je me suis endormie, j'ai très bien dormi, je me suis réveillée au matin et j'étais chez moi quoi, de surplomber comme ça le bivouac, de voir loin, d'être dans cette pierre noire, j'étais vraiment chez moi, et puis ça m'a… c'était une journée où on faisait silence toute la journée donc tu parles pas… et tu as tout un temps de marche… tu montes le col pour aller… un col de montagne… j'étais vraiment à me dire « c'est quoi, en fait cette image, c'est pure imagination, c'est ton subconscient ?, C'est vraiment quelque chose que tu perçois ? » Et… (…) il y avait ce mélange de me dire « ouais c'était juste que t'étais un peu stressée » (…) et on est arrivé au col, et c'est un moment clé tu vois de toute l'expérience… t'arrives à ce col, et ça se dégage devant… (…) et dans les pierres… parce que c'est vraiment des pierres… il y avait tous les*

[40] Je fais l'hypothèse qu'on pourrait y inclure les expériences avec substances psychotropes.

> *visages de la veille… tous les visages, ils étaient là… et c'était tellement chouette de les voir quoi… et vraiment j'étais comme une gosse à courir comme un enfant quoi… ni dans mon mental, ni dans ma peur du vide… ni dans aucun des… (…) j'étais juste dans cette joie, (…) ils étaient là et c'était pas du tout ce truc menaçant et machin truc… et j'ai pas fini de comprendre en fait… alors est-ce que cette image de la veille au soir… c'était déjà de les percevoir et pis un appel ? Ou est-ce que… c'est vraiment un processus de transformation… ? d'avoir quelque chose d'un peu effrayant et de se dire « ok c'est bon » et puis d'être dans un endroit qui normalement t'effrayerait mais où tu te sens juste comme une enfant en pleine joie et qu'ils sont là… tu vois quoi* (C7)

Ces expériences « initiatiques » interviennent également fréquemment dans premiers temps de la pratique et notamment dans le « néo-chamanisme » lors de la première rencontre avec un.e « guide », un.e « animal.e allié.e » ou une « plante maîtresse » avec lequel ou laquelle le/la praticien.ne chamanique va par la suite « collaborer »

> *C'était assez au début où je faisais des voyages chamaniques… je fais un voyage où je me retrouve en face d'une énorme araignée… j'étais terrorisée… à ce moment-là, j'avais pas confiance comme maintenant… vraiment elle m'a fait peur quoi… une mygale mais qui faisait 3 m de haut… et puis elle voulait m'avaler… et puis elle m'a avalé (…) j'ai vraiment eu très peur… et puis quand je me suis fait avaler c'était affreux… et puis à ce moment-là, il y a eu mon animal de force qui est venu m'aider et puis je suis passé de l'autre côté et c'est allé… pis ça ça, m'est arrivé une fois… et ça m'est arrivé une deuxième fois… et j'ai pu accepter… elle m'a dit « j'aimerais t'avaler ». La première fois elle m'a forcé… la deuxième fois je me suis fait manger la même chose… j'étais terrorisée mais d'accord… et quelques temps après j'ai rêvé de cette araignée quoi… c'était mais incroyable… en fait c'était incroyable… en fait c'était un rêve… c'était tellement réel que quand je me suis réveillée, j'ai cherché le… j'avais encore la sensation des pattes sur moi… et j'ai allumé en cherchant vraiment l'animal dans mon lit… et en fait j'ai senti qu'elle me sortait… ça c'était en rêve, elle me sortait d'ici, du torse, elle m'est montée… elle me montait… mais elle m'a demandé si elle pouvait venir… sur mon front… pour me piquer… et pis c'était hyper dur pour moi mais je sentais… peut-être comme je l'avais déjà vu deux fois, je la connaissais… enfin je pense… je sentais que*

c'était juste d'accepter… mais c'était très dur… donc elle m'est montée sur le visage… et elle m'a piqué au front… tu vois après au niveau des chakras, je me disais c'est quand même hallucinant… elle me sort du cœur et puis elle vient me piquer ici au 3e œil… et puis je me suis réveillé là avec la sensation des pattes sur le front… pis sur le moment… 'fin c'était un cauchemar… c'était un truc très dur... mais après coup, j'ai vraiment eu l'impression d'avoir reçu un cadeau, c'est comme si ça m'a… c'était une de mes premières expériences de… à travers le chamanisme de ressentir l'amour… ouais d'ouvrir à quelque chose de… c'est comme si elle m'a donné ça… l'amour… une araignée d'amour… (C4)

J'ai rêvé il y a pas mal d'années de ça… pas mal… il y a peut-être 6-7 ans… on était à peine ici… peut-être 10 ans… je rêvais… c'est un rêve assez court… en contrebas… je suis au sommet d'un mont et puis en contrebas il y a la forêt, et là il y a un gros ours qui sort de la forêt et qui fonce droit sur moi… et il vient vers moi et il me fout un coup de patte, un coup de griffes… je sens encore les griffes là… et puis il me laisse quoi… il ne m'a pas tué mais il est vraiment venu « paf… boum… bam » (…) cet animal c'est devenu un allié que je connais… qui est vraiment un allié pour quand je suis dans la forêt et lié à ma famille aussi… l'ours qui protège ma famille et qui m'aide dans la forêt… qui est souvent là… (C3)

La première fois que j'ai rencontré le serpent ça a été une expérience difficile parce que je déteste les serpents. Ce serpent est sorti de moi. Donc ça a été super impressionnant, j'ai été vraiment bouleversé par ça. Là aussi j'ai fait des voyages avec des images ultra précises. (C2)

Depuis C2 travail avec le serpent pour faire des extractions, pour soigner.

C'est une plante qui est allée me chercher assez loin quoi… parce que j'étais non-fumeur… … donc c'est pas anodin… elle a été beaucoup à me travailler physiquement avant que je puisse… elle a dû suffisamment me nettoyer au fond des tripes pour que je puisse après en prendre les informations plus… je dirais plus spirituelles, c'était très physique au départ, on était en combat les deux… (C5)

Aujourd'hui C5 qualifie le tabac de « plante maîtresse », qu'il cultive avec soin et avec qui il travaille dans les soins chamaniques.

Dans les différents récits je relève que les acteur/rice.s se trouvent confronté.e.s à un événement difficile, à une rencontre hostile, qui les amène ensuite vers plus de *confiance*, de *joie*, de protection, d'*amour*. Il s'agit donc bien d'une phase angoissante mais passagère, comme dans les rites initiatiques et non pas comme dans les psychoses. Pouvoir vivre ce type d'expériences en pleine conscience, comme c'est le cas dans les pratiques étudiées - hormis dans le travail à partir des rêves – n'est pas évident. Les praticien.ne.s relèvent que *ça nécessite une confiance vraiment très grande dans le processus qu'on ne maîtrise* pas… (J1) H6 *évoque l'idée d'un « état modifié de confiance » aussi…* (…) *c'est un état modifié de confiance oui… parce que je lâche un peu d'une certaine manière… je suis plus dans la maîtrise là, c'est ça que j'aime bien…* (H6) Mais, souligne J4, *il y a des gens qui vont jamais lâcher complètement… il faut pouvoir lâcher pour être dans cet état là… quand on est tout le temps dans le contrôle ce n'est pas possible…* (J4) D'après J8, *si quelqu'un est très « défendu » ça va être beaucoup plus difficile…*

❊

Ainsi, *l'attention aux perceptions* amène les acteur/rice.s à expérimenter un état de conscience dans lequel ils/elles se sentent *inséré.e.s dans le contexte*. Dans cet état qu'ils/elles rapprochent d'une expérience infantile ou animale, l'identité est labile, s'adapte au contexte, les images remplacent les mots. Au cours d'expériences spontanées – intervenant à un moment charnière de l'existence de la personne -, de pratiques de type « initiatiques » ou lors des premiers *voyages* « néo-chamaniques », cet état peut faire peur. Si vivre délibérément cet état de conscience demande *d'oser lâcher*, les praticien.ne.s relèvent cependant qu'*il y a tout autant un risque, suivant les situations, à laisser faire, qu'à trop contrôler…* (J7).

Acquérir la confiance nécessaire pour *pouvoir lâche*r et vivre ces états de *démembrement*, de labilité de l'identité qui fluctue en fonction du contexte, hors de toutes *représentations*, comme une expérience *écologique* qui rappelle l'enfance et donne *l'impression de rentrer à la maison*, nécessite l'apprentissage d'un positionnement psychique que la présence d'un thérapeute et le cadre thérapeutique en

soi facilitent. C'est à l'acquisition de ce positionnement psychique au sein du cadre thérapeutique que je vais m'intéresser dans le prochain chapitre.

2.3 Un double positionnement psychique

Dans ce chapitre nous verrons que les expériences de démembrement, d'identité labile, de sentiment de *fusion avec le tout* dans un cadre thérapeutique se différencient des expériences spontanées d'une part de par le positionnement psychique de l'acteur/rice, d'autre part de par son intention. D'un côté, le sujet expérimente la « participation », il n'est *plus au centre*, il se laisse *impacter* par le processus. D'un autre, le sujet reste le *témoin* du *processus*, le *garant d'une intention bénéfique* et *constructive*. L'apprentissage de ce double positionnement psychique et de la dialectique qui s'instaure entre les pôles de ce double positionnement psychique est au centre du processus thérapeutique. Cet apprentissage est déjà présent lors de la première étape du processus qui consiste à poser une intention thérapeutique et non pas un objectif. Une intention susceptible d'évoluer, de se laisser impacter mais qui en même temps est garante du processus. La relation « guérisseur/euse - blessé.e » sous-tend également l'apprentissage de cette *dialectique* psychique.

2.3.1 Dissociation

Pour la majorité de mes interlocuteur/rice.s, c'est ce double *positionnement psychique* qui, en quelque sorte, fait la « chair » de « l'état de conscience modifié », sans pouvoir déterminer si c'est ce positionnement psychique qui provoque l'état de conscience modifié[41], ou si c'est l'état de conscience modifié qui induit ce positionnement psychique.

> *Je dois retrouver cet état particulier qui fait que je peux être et là et connecter le serpent… donc l'état de conscience modifié, c'est pas des mondes seulement conceptuel… c'est qu'il y a quelque chose qui change… s'il y a quelque chose qui change dans ma relation au réel… ça veut dire que moi-même je change aussi* (…) *je dois accepter une transformation à l'intérieur pour vivre ça… qui n'est pas juste une question de neurones… c'est un positionnement psychique…*

[41] Nous avons vu au chapitre précédent que l'attention aux perceptions conduisait à un état de flou, de confusion, du moins au niveau des mots et de l'identité.

> relève H2 alors que je sens effectivement une modification dans son attitude intérieure, comme si elle me permettait de sentir son explication.

Certain.ne.s particien.ne.s recourent à ce qui est appelé, en hypnose, « *dissociation* » pour induire « l'état de conscience modifié ». La dissociation consiste justement à s'identifier, volontairement, cette *instance qui observe*, à ce *témoin qui regarde* :

> *J'induis une transe, je vais dire « ok, observez comment vous vous mettez en transe, à quelle niveau de transe… » alors je vais avoir des techniques… par exemple je vais dire… je sais pas si c'est « Virginie » par exemple,* (…) *Je vais dire « observez comment Virginie se met en transe » ça c'est des techniques dissociatives qui font à un moment donné qu'on est face, si vous voulez par exemple, au symptôme… en disant le feu dans la cuisse droite… et on va… observer avec Virginie qui observe Virginie, ce feu… mais d'une manière qui est différente, qu'on a jamais fait auparavant… (donc c'est presque une double dissociation parce que déjà d'observer le feu…) plus c'est dissocié, plus la transe est profonde…* décrit H7 alors que sa main se soulève pour prendre cette position d'observatrice.

Il s'agit d'acquérir cette compétence consistant à autant *laisser faire* qu'à *contrôler*. Il y a donc *une instance qui observe*, un *témoin* qui regarde – *conscience* ou *psyché* – et un « *moi* » qui se laisse *impacter*, qui, dans une attitude paradoxale, d'une part *ne contrôle pas*, se laisse *impressionner* (J1) et d'autre part prend part activement au processus. Cela demande au « moi » d'*abandonner* une position de *toute-puissance*… (…) *peut-être pour pouvoir gagner en puissance* (H2).

> *C'est en même temps reconnaître sa limite, sa part d'impuissance et s'ouvrir à cette énergie comme étant une source qui peut nous aider mais qu'on ne contrôle pas… et ça je pense que c'est le principal défi (…), c'est de s'ouvrir à, d'attendre que les énergies de l'univers veuillent bien venir à notre rencontre sans aller les chercher volontairement… et sans vouloir les contrôler, les maîtriser, les instrumentaliser et puis voilà, je vais l'utiliser pour ça ou je vais l'utiliser pour ça… mais pour moi dans la manière dont j'envisage les choses, je me situe assez au milieu…* (H4)
>
> Après un moment de réflexion H4 rajoute :

> *C'est en tous cas pour moi la dérive la plus regrettable dans toutes ces… je sais pas si tu as entendu parler du secret… où on dit l'énergie dans l'univers… et puis si on est aligné alors on va pouvoir profiter de cette énergie qui est là pour nous… et du coup on essaye de faire croire que c'est quelque part utilisable… il suffit d'organiser les pièces ou de formuler la bonne phrase.. et puis si tu formules la bonne phrase ça veut dire que tu as trouvé le contrôle du truc et que ça va être à ta merci… un peu comme la lampe d'Aladin… Je trouve un peu dommage mais je pense qu'on a besoin de plus d'humilité… l'humanité a besoin de plus d'humilité… mais je pense que si de nouveau on ne va pas la solliciter elle va pas se mettre à notre service… donc c'est s'ouvrir à, c'est croire en… tout en acceptant qu'on ne la contrôle pas et que c'est elle qui vient à notre rencontre…* H4

De même pour deux autres analystes jungiennes

> *Ça ne dépend pas que de nous… mais on peut faire plein de choses pour le… effectivement… pour se préparer…* (J2) *c'est important d'avoir confiance que… on fait confiance dans le processus… et puis que c'est… on est là pour le favoriser mais on peut pas le convoquer…* (J1)

Le « *moi* » décide de *se préparer*, de *favoriser le processus*, accepte

> *de faire confiance au processus… et sentir que je suis travaillé par quelque chose en moi qui n'est pas moi ou qui n'est pas le moi… qui n'est pas le moi… c'est pas autour de moi que ça tourne… c'est comme Galilée… pour les jungiens on l'exprime en disant le Soi… et que le moi pour entrer en contact avec ce Soi, cette individuation qui essaye de se faire, le moi il rechigne à ça, il préfère être au centre, il a été habitué à être au centre…* détaille J1 alors que nous nous rasseyons après l'avoir accompagnée dans sa cuisine où elle m'a refait un café.

On voit dans le discours de mes interlocuteur/rice.s que la *position du « moi »* est paradoxale, c'est le « moi » qui décide de ne plus être *au centre*, de faire confiance à un *processus* dont il n'est plus *le centre* et dans lequel il va être *impacté* par quelque chose qui le dépasse, sous le regard de *la conscience* qui ne *juge pas*, qui se contente d'observer. Le « *moi* » accepte d'*abandonner une position de toute puissance* pour

peut-être gagner en puissance. Le « *moi* » reconnaît son *impuissance* pour *s'ouvrir à une source* qui peut l'*aider*.

> *C'est deux niveaux de conscience d'être assis sur sa chaise ou au sol et puis d'être ailleurs… c'est ce qui était pour moi le plus troublant au départ…* remarque C5 alors que nous sommes confortablement installés sur les chaises rembourrées du bureau de l'organisation qui l'emploie.
>
> *Il me parle tout en étant ici mais ailleurs… il me parle mais il sait très bien que son crâne saigne, qu'on est en train de faire une intervention… (…) il est ici, son corps il est là, mais il est ailleurs, parce qu'il me parle, parce qu'il vit aussi ce qui est au T-Room, mais il peut revenir s'il a envie, mais il est bien là-bas… et puis on est revenu…* décrit H3 alors que, le repas terminé, nous avons quitté la table de la salle à manger pour nous installer au salon.

Intéressons-nous maintenant aux deux pôles de cette dialectique que les jungien.ne.s nomment « Dialectique du moi et de l'inconscient » (1964)

« La caractéristique particulière de ce processus que Jung a baptisé « imagination active » c'est que conscient et inconscient sont au contact l'un de l'autre. En effet, le moi conscient recueille « consciemment » les images produites par l'inconscient, il les enregistre, les mémorise au fur et à mesure de leur apparition (…). Cette imagination est active en vertu même du fait que le conscient est présent : il « participe silencieusement au travail » (Cahen, 2018 : 1396)

2.3.2 Les pôles de la *dialectique*

> *Il y a des gens qui peuvent avoir des tonnes de rêves mais ça n'avance pas parce que ça les traverse… si ça les traverse c'est vrai je pense que ça se fait pas… parce qu'il n'y a pas de position, il n'y a pas de « moi » en fait qui vient se laisser « impacter » pour revenir à ce terme-là* me dit J7 après que j'aie décliné son invitation à prendre le dernier croissant.

Une position partagée de manière générale et que J1 illustre par un exemple en lien avec la créativité :

> *Il ne se passe rien si l'artiste fait seulement ses premières esquisses, s'il ne va pas au bout d'un projet, à ce moment-là qui devient un projet du « moi »* (…) *c'est ces deux temps qu'on trouve dans tous processus créatif.* (…) *Il y a un*

> *moment quand on fait un masque où on sent « voilà, cette forme elle est là », et c'est celle-là qu'on va travailler, qu'on va conduire à son terme, le plus loin possible… et là c'est un travail de créativité, d'ajustement, de rendre aussi bien que possible ce qu'on a ressenti. Mais on sait que la forme de base ne va plus changer parce que celle-là elle nous a percuté et c'est bon… on sait que c'est celle-là et pas une autre…* (…) *C'est pas « moi » qui ai fait cette forme… en tous cas dans son premier état je peux pas dire que c'est « moi » ou « le moi » qui a fait ça… après oui, au niveau de la réalisation, et d'aller au bout… justement de faire en sorte que tout concourt à l'expression de… que à ce moment-là j'ai à cœur de faire apparaître… donc là se mêle un problème technique… se mêlent des choses… 'fin … et là le vouloir, la conscience a tout à y faire… ça c'est sûr* développe J1 alors que j'examine le masque qu'elle m'a présenté.

Dans le cadre de l'hypnose, H4 insiste devant mon air sceptique de l'époque :

> *On a… en tous cas moi j'ai besoin... d'avoir une certaine forme de volonté, de raison… parce que c'est ce qui va permettre d'accueillir ce que j'ai appelé avant, volontairement de manière un peu provocatrice, la folie… mais c'est ce qui va permettre d'accueillir ce trait de folie ou cette idée tout à coup… mais s'il n'y a pas la raison pour l'accueillir et lui donner la possibilité de se concrétiser sous la forme d'une phrase… sous la forme d'une image, sous la forme d'une mélodie ou peu importe… sous la forme d'un parfum… s'il n'y a pas cette raison pour l'accueillir… elle va passer mais je ne vais pas réussir à en profiter… et quelque part, j'aime bien l'image des attrapeurs de rêves… où il y a cette idée que les rêves vont nous traverser… maintenant est-ce qu'on va réussir à les récupérer et à utiliser ce qu'ils sont venus nous raconter ou est-ce qu'on passera à côté ?*

Une perspective que nous retrouvons dans le « néo-chamanisme » :

> *En même temps c'est pas aux esprits de… enfin c'est pas tout qui est décidé…* (…) *j'ai aussi mon mot à dire dans l'histoire quoi…* souligne C4 en feuilletant l'un de ses nombreux carnets dans lequel elle fait des croquis, prend des notes de ses *voyages* chamanique, comme un journal intime.

De même C5 reprends en levant les sourcils :

> *Ce qui m'a le plus surpris, c'est tout à coup de me rendre compte qu'il y avait des choses autour de moi qui pouvaient me guider… et pis d'un autre côté qui me laissaient mon libre arbitre de choisir, d'expérimenter et de découvrir mon intuition…* (C5).

Si pour les acteur/rice.s la position du moi est importante, *le « moi » c'est encore une question… c'est qui « moi » ?* (J2) Mes interlocuteur/rice.s répondent plutôt par la négative à cette question. Pour eux/elles, en tous cas, le « *moi* » ce n'est pas la *conscience*, ni la psyché. La conscience permet de réaliser que *c'est ça qui existe en moi…*dit J2, alors que pour J1 *c'est la psyché qui est le réceptacle… on ne peut pas réceptionner les messages des esprits en dehors de notre existence matérielle… (*J1)

Selon J2, qui remet une mèche de cheveux en place, la conscience,

> *C'est cette étincelle du témoin… qui regarde ça…* (…) *elle n'est pas moi… elle est plus grande peut-être… oui elle est certainement plus grande mais elle doit être ancrée ici, quelque part…* (…) *qui doit s'allumer là-dedans... c'est ça... c'est pas une conscience qui vient d'en haut…* (…) *c'est pour ça que j'aime l'idée du témoin parce qu'il… le témoin ne juge pas*[42]*, n'existe pas… il est juste ouvert à ce qui se passe… ça peut-être bien, ça peut être mal, il ne juge pas… ce témoin-là dont je parle ici… il observe, il est phénoménologue… on suit cette attitude… moi je dirai… autant qu'il le faut…* (J2)

H8 reprend aussi cette notion d'instance qui ne juge pas :

> *Il y a toujours l'instance qui observe, qui commente souvent…* (…) *mais elle n'est pas pesante cette présence-là, …* (H8)

Pour Jung, le fait qu'il y ait cette *présence*, cette *instance qui observe*, cette *étincelle du témoin qui regarde*, rend l'imagination active supérieure aux rêves :

« `Ces images sont plus que des rêves parce qu'elles représentent un mélange et une fusion entre le conscient et l'inconscient` » (Douglas, 2018 : 18)

---

[42] Cette instance de *témoin qui ne juge pas* est à mettre en parallèle et à différencier du « surmoi » dans la deuxième topique de Freud. Le surmoi, dans cette deuxième topique, est l'héritier du complexe d'Œdipe, il représente plutôt une instance morale.

Venons-en maintenant à la manière dont les praticien.ne.s qualifient-(ils/elles) ce « quelque chose » qui impacte le moi, cette *source qui peut aider* ?

> *L'âme pour les jungiens…* (…) *Jung a parlé d'Image de Dieu… pas de Dieu hein, mais d'image de dieu… de Soi, de centre et de périphérie… 'fin il a donné différentes images pour parler du Soi…* précise J1 avec cette voix qui murmure.
>
> *Dans le système jungien, la psyché n'est pas seulement le moi conscient* (…) *la psyché est plus grande que le moi* (…) *Il y a le moi, il y a le Soi et il y a les rapports entre le moi et le Soi.* (…) *et c'est le moi qui est fécondé par cette présence du Soi… et la psyché accueille le Soi mais le Soi n'en fait pas partie… on n'est pas… c'est pas quelque chose… on peut parler de son Moi, mais on peut pas parle de son Soi, on parle du Soi… on peut parler de son expérience du Soi… qui relève de l'expérience… le moi faisant l'expérience du Soi…* (J1)

Dans les citations qui précèdent je relève aussi les expressions d' « *esprits* », de « *folie* » ou de « *trait de folie* », de « *choses autour de moi qui pouvaient m'aider* », d' « *intuition* ». Les jungiens se réfèrent également à l'inconscient :

> « Je suis toujours et encore impressionné par l'indépendance exceptionnelle de l'inconscient, par son autonomie mentale qui est la plus extraordinaire que je connaisse. Par comparaison, l'autonomie du conscient est presque ridicule. (…) J'insiste là-dessus parce que le point de vue de Freud est juste à l'opposé. Lui pense que l'inconscient est énormément influencé, et que certains rêves sont la conséquence directe de quelques fait conscient de la vie du rêveur » (Jung, 2018 : 68-69).

2.3.3 La *dialectique*

Comme le relève Douglas, analyste jungien, « Le plus difficile dans l'imagination active, c'est de laisser les images inconscientes se manifester en intervenant le moins possible avec sa conscience » (Douglas, 2018 : 17). H2 souligne que *c'est un positionnement psychique qui peut être effrayant…* (H2). Ainsi, c'est pourquoi, lorsqu'elle accompagne un « patient », *il ne s'agit pas pour moi d'être toujours douce et rassurante quand je dis « ne rien faire »… parce que c'est quand même aller à cet endroit…* (H2) Pour J1 c'est salutaire de ressentir de la crainte, *par rapport soit à l'inconscient, soit à Dieu, soit aux esprits*, même s'il *faut faire attention, il ne faut pas parler de la crainte comme ça…* précise-t-elle mais *s'il y a de la crainte, il y a du respect* (J1). *La crainte de Dieu c'est pas n'importe quoi…* ajoute-t-elle, *la crainte de l'inconscient… on a raison de craindre l'inconscient… parce que l'inconscient il n'est pas orienté comme étant bon ou mauvais… il est… donc craindre l'inconscient… on peut pas faire copain, copain… pour savoir à quelle place on est… le capitaine du navire c'est le moi, le conscient, dans sa coquille de noix, sur l'océan avec les profondeurs abyssales… alors il ne faut pas confondre les ordres de grandeurs…* (J1)

Dans la même perspective, H2 développe avec un enthousiasme croissant dans son ton :

> *Si j'utilise le mot « Dieu » pour bien illustrer ce que je veux dire… les dieux, admettons dans une vision d'un grand panthéon avec toutes sortes de divinités… mais les dieux ils sont… extraordinaires et terrifiants… j'ai pas envie d'être l'amie, ni de Vénus, ni de Mars… ils sont aveugles et un peu fous… parce qu'ils ne sont que dans une énergie… d'un point de vue humain… je dois pouvoir me relier… pour intégrer une petite partie mais je dois humaniser… ces énergies là… mais je peux pas les voir comme des amis… (…) les archétypes[43] c'est vraiment des forces… qui sont des forces de vie et de destructions… toujours, toujours, les deux… je veux dire c'est pas*

[43] « L'archétype est pour la psychologie jungienne un processus psychique fondateur des cultures humaines car il exprime les modèles élémentaires de comportements et de représentations issus de l'expérience humaine à toutes les époques de l'histoire» C'est une« forme de représentation donnée *a priori* » renfermant un thème universel structurant la psyché, commun à toutes les cultures mais figuré sous des formes symboliques diverses (https://fr.wikipedia.org/wiki/Archétype_(psychologie_analytique), consulté le 2 décembre 2019).

> *pour rien que l'humanité a produit une multitude de textes aussi riche que l'histoire des dieux grecs… enfin je veux dire… Vénus à part coucher avec tout le monde, elle fait rien d'autre… ils sont hyper cons dans leurs trucs… regarde Zeus… il se croit le chef, il veut toutes les séduire, il arrête pas de tromper Héra… ils sont tout le temps dans leur scène de ménage… ils sont hyper caricaturaux… bien sûr qu'on projette en même temps des traits… bon surtout là… parce que c'est la saga des dieux… mais n'empêche que les énergies, les archétypes, les forces…* (H2)

C'est pourquoi mes interlocuteur/rice.s insistent sur le fait que c'est vraiment une dialectique. Une dialectique entre le *Moi* et *l'Inconscient,* une dialectique entre les *dieux* et l'humain. Le *Moi* s'il accepte de ne plus être au centre, de se laisser impacter, reste toujours libre de *choisir*, il a *son mot à dire*.

Pour plusieurs praticien.ne.s cette dialectique, doit permettre à l'humain de *se relier* à cette force-là, et en retour, l'humain doit permettre à cette force de *s'humaniser*. Selon J3, *Dieu a besoin de l'homme pour prendre conscience de lui-même… donc c'est pas que l'inconscient ou que la conscience c'est vraiment les deux, il y a besoin des deux…* (J3). De même, s'inspirant de mythe de Prométhée, J7 développe, en cherchant dans les quelques livres qu'il a préparé celui qui parle du mythe en question :

On retire le pouvoir aux dieux. Moi je pense que c'est important aussi. Il monte au ciel et il prend le feu des dieux… dans les successions grecques c'est vraiment celui qui refait le lien avec la terre… après bon, il se prend pour Dieu… et ça c'est le risque, c'est là où on est actuellement (J7)

2.3.4 Définition de *l'intention*

Pour les praticien.ne.s rencontré.e.s définir *l'intention* est une partie importante du processus thérapeutique :

> *Je pense que de préciser l'intention… c'est une grande partie du travail en chamanisme…*me dit C4 maintenant que les filles sont couchées et que nous avons repris l'interview.
>
> *Je trouve que dans le genre si on a posé une intention on a déjà bien bossé quoi…* (…) *ouais pour moi c'est une grosse partie du truc quoi… c'est important… c'est-à-dire que si la demande elle est… enfin j'ai l'impression que*

> *c'est le premier boulot et que ça représente…* (…) *moi aussi quand je vais chez quelqu'un pour un soin... et ben mon intention il faut y arriver… j'ai l'impression que c'est le truc que tu décortiques, comme une sculpture, tu décapes petit à petit, et puis tu cherches et puis des fois tu vas trop loin… enfin voilà, sans*… indique C3 en s'ébouriffant les cheveux.

Parfois définir *l'intention* est la première *intention* :

> *Le premier voyage, la personne elle va aller rencontrer son animal de force… après il y a un autre voyage où elle va aller rencontrer son intention… donc tu vois il y a aussi de nouveau ce travail sur l'intention… qu'est-ce qui est important pour la personne… alors là moi j'ai un peu des phrases clés que je sais que je peux utiliser, comme « là maintenant pour toi, quelle est ta demande, ta prière, ton intention la plus forte ? » Tu vois …* (C4)

> *Des fois je leur propose d'aller voir leur objectif… « Il est comment ? Vous pouvez me faire une description de... la forme, la température, la couleur, la métaphore la… les liens? Et est-ce que vous pouvez rester simplement à proximité de cet objectif et puis voir un peu la résonnance qui s'installe entre vous et l 'objectif… en vous peut-être l'objectif il est… Comment est-ce que vous… ?» La cuisine elle se met en route…* explique H6 en souriant.

Et en attendant d'avoir identifié une *intention* positive et précise, certaines intentions sont implicites. Dans les paragraphes qui suivent j'identifie les *intentions* implicites d'« aller mieux », de « se retrouver soi-même », d' « être plus soi-même » :

> *En tous cas il y a un objectif que ça doit aller mieux, ça devrait aller mieux… au plus vite possible souvent… c'est ça quand même, voilà c'est pas pour s'amuser, c'est pas un cadre où on s'intéresse… bien sûr on s'intéresse après au contenu qui apparaissent… mais d'abord il y a cette idée que ça doit aller mieux bientôt… donc… on est dans cet objectif là… globalement, il y a une demande d'amélioration d'une problématique… il y a un contexte extérieur, de la réalité extérieure, qui veut que ça change, qui attend un changement dans le comportement, dans le ressenti, oui dans des… dans les relations concrètes qui se passent à l'extérieur…* (J2)

> *Ça va pas pour les assurances mais je dirai « se retrouver soi-même »* déclare J6 avec un petit rire.

> *C'est-à-dire que dans la première séance on voit… 'fin on sent il me semble, une nostalgie de la personne où elle, elle dit quelque chose du genre comment elle aimerait être elle-même, qu'elle a le sentiment de pas être elle-même ou de rencontrer des obstacles dans sa manière d'être elle-même… puis on a vraiment l'impression qu'il y a un rapport avec une envie d'être plus soi-même d'une manière ou d'une autre, un obstacle par rapport à ça… et alors à ce moment-là l'intention ça va être quand même que cette personne se déploie et devienne plus elle-même…* note J5 dans son cabinet aux étagères couvertes de figurines qui semblent prêtes à intervenir.

La définition de *l'intention* condense en soi les différentes étapes du processus thérapeutique. Les lignes qui suivent offrent ainsi un condensé des étapes du processus telles qu'elles m'ont été rapportées et qui feront l'objet d'une présentation détaillées dans les prochains chapitres : tout d'abord l'importance de l'orientation positive, du contexte, puis la dialectique favorisant l'évolution des objectifs au sein du contexte global de l'intention, l'intervention d'un tiers dans la définition de l'intention, et finalement le rôle de la dialectique patient.e - thérapeute dans l'apprentissage du double positionnement psychique.

2.3.5 Un contexte, une orientation positive

Comme mentionné plus haut, pour plusieurs acteur/rice.s *on a raison de craindre l'inconscient… parce que l'inconscient il n'est pas orienté comme étant bon ou mauvais…* (J1), les dieux *sont aveugles et un peu fous… parce qu'ils ne sont que dans une énergie…* (H2), dès lors les acteur/rice.s relèvent l'importance d'orienter le processus, de poser une intention :

> *Si on prend l'expérience de la transe hypnotique qui est… de se laisser absorber par l'univers de ses perceptions qui se transforment…* (…) *ça c'est un élément important, mais si on ne fixe pas un but on peut… on peut aller... on sait pas où on peut aller… il y a des gens qui peuvent complètement décompenser… parce qu'ils peuvent sombrer dans leur peurs, dans leur univers ou que sais-je… il peut y avoir des comportements avec lesquels ils ne sont pas forcément ok, 'fin tout ça… c'est pour ça que c'est si important de dire, l'expérience de la transe en elle-même elle peut aller dans tous les sens… et c'est pour ça que c'est si important avant d'aller là-dedans de poser cette intention…* (…) *ce qui arrive*

> *au patient, ce qu'il est en train de faire comme expérience doit simplement être orienté…* (…) *c'est à dire que ce que je vis, même le symptôme, la souffrance que je peux ressentir, il faut que je la mette en connexion avec cette attente de soulagement…* précise H5 dès le début de ce troisième entretien.

H8 rajoute en regardant la table de massage sur laquelle elle pratique parfois aussi le shiatsu :

> *Quand quelqu'un est dans des angoisses et des cauchemars et tout ça… quelqu'un qui est très, très, angoissé, se fait ce que nous disons nous, des « transes négatives », d'accord. Ça veut dire qui se fait le même cinéma dont nous parlons sauf que c'est un cinéma d'horreur. Mais qui a une vraie réalité pour eux. Qui opère… enfin, qui leur dresse le poil, qui leur serre l'estomac, qui les fait pâlir, qui les fait s'évanouir si ça se trouve… Donc, effectivement… c'est pas innocent. Le pouvoir des images n'est pas innocent* (H8)

On comprend l'importance de donner une orientation positive au processus thérapeutique. C3 me dit :

> *Je vais toujours essayer de tourner la chose pour qu'elle soit positive… pas dans le sens « je veux plus fumer » ou « je veux plus taper ma femme » fin j'en sais rien… enfin moi si… sans dire c'est négatif, dire comment tu peux tourner ça dans le constructif… tu veux plus ça mais qu'est-ce que tu veux… et de vraiment avoir une formulation dans le positif, ça c'est vraiment un de mes gardes fou, carrément.* (…) *Alors des fois c'est compliqué, des fois ça nécessite beaucoup de discussion…* (C3)

> *Ça je demande à tout le monde. Quand ils viennent je demande « Qu'est-ce que vous aimeriez ? » Et les gens souvent ils disent « oui ben moi je sais pas ce que vous faites… » et je dis, « oui bon peu importe… après je vais vous dire... donc je vais pas faire avant de vous le dire… mais j'aimerais juste savoir qu'est-ce que vous voulez » Et la phrase qui les fait toujours un peu sursauter c'est « Comment vous aimeriez être différent quand vous allez partir d'ici, dans une heure - une heure et demie ? » Et alors c'est « comment je peux être différent après… » Je dis « oui bien sûr, c'est le but » Donc plutôt que de leur faire dire*

> *les choses négatives… je leur demande comment ils veulent être…* déclare C6 de son ton un peu tranchant mais toujours accompagné d'un regard bienveillant.
>
> *Pour moi c'est important de savoir ce que souhaite la personne… si elle souhaite une guérison complète mais de quoi elle veut la guérison, comment elle veut se retrouver après… parce que si elle me dit « je veux être comme avant » c'est difficile…* (C5)

Dans le cadre de la pratique de l'hypnose, H5 procède de même :

> *Moi j'ai des gens qui me disent souvent « oui moi j'attends j'aimerais plus avoir d'angoisses… j'aimerais plus avoir de douleur… » Oui mais vous me dites toujours pas ce que vous voulez… vous me dites ce que vous voulez pas… mais qu'est-ce qu'on met à la place ? Si je vous enlève votre douleur aujourd'hui, si j'avais ce pouvoir-là, qu'est-ce que je devrais mettre à la place ? C'est quoi ? parce que vous me dites « je veux plus de ça, je veux plus vivre ça, je ne veux plus de ça » « mais alors vous êtes dans le vide, c'est terrible, c'est très angoissant ça. C'est quoi ne plus avoir peur, ne plus avoir mal, c'est comment ? » Et c'est là que commence le processus.* (…) *Ce travail-là, cette évocation, ce n'est pas le pouvoir du thérapeute… là il y a un acte qui est fait par le patient qui doit amener cela à son imagination, qui doit le construire… 'fin le créer dans son imagination…* (…) *c'est déjà la transe hypnotique…* (H5)

Il rajoute sur un ton un peu exaspéré mais en grande connaissance de cause :

> *C'est très important parce que… on a un travers qui est assez redoutable dans notre pratique médicale en tous cas, et dans pratiquement dans toutes les thérapies… on est formé à s'intéresser aux symptômes, à la souffrance… alors certes on a pu faire beaucoup en décortiquant la maladie… ce qui est sous-jacent à la souffrance et en essayant d'agir directement dessus. Mais à mon avis il y a un grand travers à cela… c'est que dans une rencontre on porte un intérêt exagéré à ce qui n'est que le ticket d'entrée dans la thérapie… on vient parce qu'on souffre, ça c'est sûr, mais on ne vient pas pour souffrir, on vient plutôt pour trouver un soulagement à cette souffrance…* (H5)

Mais comme nous l'avons vu, parfois définir *l'intention* est un processus en soi, une *intention* à part entière. En attendant, pour certain.e.s praticien.ne.s c'est le contexte thérapeutique qui devrait être le garant de l'orientation positive du processus :

> *Si vous faites une expérience d'imagination… je sais pas vous pouvez imaginer une présence… une expérience vraiment très forte d'une présence… si vous la faite euh dans une église… vous sentez une présence dans une église… ça va être très différent que si vous faite l'expérience par exemple de sentir une présence quand vous êtes dans la forêt au milieu de la nuit… vous voyez.. là même expérience… vous la mettez dans des contextes différents… vous êtes chez un thérapeute… ou bien allez chez un medium par exemple.. qui est en contact avec les morts… vous sentez une présence… à chaque fois vous allez avoir cette expérience de la présence… et même peut-être c'est la même… elle se manifeste de manière un peu plus concrète cette présence… mais vous la mettez à chaque fois dans un contexte différent… ça prend tout une autre tournure, voyez… et c'est pour ça que l'importance elle va pas forcément être dans cette expérience de la présence mais c'est la connotation.. c'est à dire la valeur, l'orientation qui va être donnée… en fonction du contexte… et c'est ça qu'il faut saisir… c'est ça qui va donner à ce courant permanent de l'imagination de mes perceptions et tout cela, à un moment donné, une intensité, une connotation particulière…* (H5)

Et pour H8 aussi

> *On se pose beaucoup de question avec un ami chercheur aussi… qu'est-ce qui fait que c'est transformateur, qu'est-ce qui fait que ça se résout ? Peut-être parce qu'on est dans un dispositif de soin, on est dans un rituel de soin, et donc c'est postulé que ça va aller dans le bon sens et pas dans le mauvais... on n'est pas dans un cercle de sorcellerie… donc c'est postulé comme devant ouvrir à quelque chose qui s'améliore, qui se transforme, qui guérit, etc.*

2.3.6 *L'intention* plus grande que les objectifs conscients

Pour respecter le double *positionnement psychique* évoqué plus haut, il convient, non seulement d'orienter le processus dans une direction positive et constructive, mais aussi de différencier l'*intention* capable de soutenir les paradoxes d'un *objectif* imposé par *un moi tout-puissant* :

> *L'intention, « c'est elle qui porte le voyage disait Noëlle Poncelet. Elle vous porte dans le voyage… et c'est elle qui vous permet d'être centrée dans le voyage… et donc on oublie… elle y est claire au début mais ensuite on laisse*

faire ça, on laisse faire cette intention… alors que dans les objectifs on est plus dans le mental, dans une maîtrise mentale du processus… (H8)

Le conscient aime que ce soit du lard ou du cochon, alors il y a des objectifs… (…) ce que je dis c'est que quand on prend en compte l'inconscient… justement l'inconscient a sa propre manière de définir des objectifs… il ne parle pas en termes d'objectifs… il raconte des histoires… (J1)

L'intention c'est un petit peu… qu'est-ce que je dirai… quelque chose qui va guider ce qu'on va faire en lui donnant une forme très souple mais qui va… je sais pas comment dire… pour moi ça a quand même quelque chose de religieux mais dans le meilleur sens du terme… c'est comme si on mettait la séance sous le patronage de quelque chose de plus élevé qui est l'intention… déclare J5 après avoir consulté du regard l'icône qui nous surplombe.

L'intention… c'est comme un ballon gonflable, un ballon d'hélium où tu coupes la ficelle et puis là elle part toute seule… parce que si je garde ce fil… j'ai dit ça, faut que ça vienne, faut que ça vienne… si ce fil il reste et ben… ça empêche l'intention d'aller où elle doit… ça fonctionne pas, parce que je la tiens… je la garde, je la lâche pas… on dit toujours lâcher l'intention… (C3)

Nous avons vu plus haut que poser une intention c'est déjà déterminer ce qu'on souhaite - et non pas ce que l'on ne veut plus. Ensuite poser une intention – et non pas un objectif – implique l'apprentissage de ce positionnement psychique paradoxal : d'une part le *Moi* décide de la direction dans laquelle il veut aller, d'autre part, le *Moi* accepte de ne plus être aux commandes, de ne pas savoir ce que va impliquer le processus, ni ce qui va résulter du processus :

*Ca prend des détours… on sait que… voilà ça, ça, peut-être une intention… qui est assez vague, mais on a aucune idée du chemin que ça va prendre… et je trouve que c'est ça qui est passionnant dans notre métier et dans l'être humain…*affirme J6 avec ce dynamisme qui l'anime.

Je demande quand même assez systématiquement aux personnes quelles sont leurs attentes… et puis je demande, alors ça c'est aussi un outil très… ça fait partie du rituel d'entrée… qu'elle me raconte leur rêve initial… le rêve initial c'est le premier rêve qu'on a après le contact téléphonique en général… pour

quoi c'est important parce que ce rêve initial il contient en général à la fois la problématique, et les ressources… et ça permet de parler des attentes autrement, en incluant le point de vue de l'inconscient… ce qui est très riche de pouvoir… quand il y a un rêve initial… parfois il vient un peu plus tard mais c'est le premier rêve de toutes façons qui survient après.. peut-être c'est pas la première séance, peut-être c'est juste après… ça fait rien, ça n'a pas d'importance mais ça c'est important parce que c'est justement la manière dont le conscient n'aurait pas raconté l'histoire. (…) *ça c'est typique de la démarche jungienne, de se pencher ensemble sur le rêve initial…* (J1)

On va beaucoup plus se baser sur le rêve initial qui va donner le point de vue de l'inconscient… alors on entend le point de vue conscient… la personne au niveau du moi elle a envie de travailler là-dessus et puis qu'est-ce que va dire ou comment va réagir l'inconscient… (J7)

Donc quand vous dites justement par rapport à ce qui est conscient dans ce qui va pas, c'est souvent modifié ou clarifié par les rêves… on va voir… ce qui sous-tend les problèmes actuels des gens mis en forme symbolique, qui est beaucoup plus parlant que les perceptions conscientes de la personne me dit J8 avec ce petit accent qui laisse deviner que le français n'est pas sa langue maternelle.

Dans la pratique « néo-chamanique » on retrouve aussi l'idée de ne pas s'en tenir à ce qui a été émis consciemment, verbalement :

Moi je ne suis pas limité à ce que dit la personne… j'aime bien qu'il y ait une… qu'il y ait une intention posée… pour après peut-être évaluer en partant de là… en disant « peut-être ça on n'a pas pu travailler mais il y a autre chose qui s'est ouvert.. » (…) *Je dirai presque que l'état de conscience modifié… me permet de ne pas me faire piéger par ce qui a été émis mentalement… de ne pas focaliser là-dessus… c'est d'aller chercher un peu plus loin ou plus large je dirai…* relève C5 après avoir porté son attention sur les corbeaux que l'on aperçoit passer par la fenêtre.

Je vous donne un exemple… j'ai un Monsieur qui vient me consulter parce qu'il a des problèmes avec ses enfants… « comment faire pour retrouver contact avec ? » Une année plus tard ce problème il est devenu… il est pas secondaire mais il fait partie d'un tableau plus général où les rêves, avec des figures

> *féminines, l'amènent à se soucier de son âme… et tout ce qui pourra se passer avec ses enfants sera au fond une conséquence du travail qui se passe maintenant qui est beaucoup plus général… donc dans une thérapie jungienne, même si on vient pour résoudre un problème pointu, un problème spécifique, il va se produire ça. Cet élargissement… en fonction des rêves et du dialogue avec l'inconscient… il va y avoir… la manière dont le conscient définissait le problème n'est plus la seule manière possible de définir le problème et au contraire ce qui devient le plus vivant à travers les rêves, c'est pas une problématique par rapport aux enfants… ils ne reviennent pas tellement souvent ses enfants… il m'en parle… quand il y a eu des événements pendant la semaine… mais il ne rêve pas de ses enfants… il rêve d'autre chose… il rêve de ce dont son âme a besoin qu'il rêve… (…) mais la réponse se trouve un peu dans le rapport entre lui et lui sur des plans qui étaient insoupçonnés au départ… donc il y a cette décentration qui se passe… dans le travail jungien, entre les problèmes tel que le moi les perçoit, les pose… donc c'est très bien, c'est nécessaire, c'est le point de départ… quels sont vos objectifs… mais il y a la manière dont l'inconscient va pouvoir dessiner la problématique qui est nouvelle… et qui va emmener la personne ailleurs… la où il a sans doute besoin d'aller… le rôle psychopompe du rêve… qui signifie qui conduit l'âme….* me raconte J1 qui est passée du canapé au fauteuil dans lequel elle est plus confortable.

On comprend que *l'intention* par conséquent évolue au gré du processus thérapeutique, mais toujours à partir d'une *intention* préalable :

> *Personnellement je le définis à chaque entretien quasiment… parce que si… car l'intention elle peut évoluer* précise H5, toujours dans la même pièce, mais pour ce troisième entretien nous avons changé de bureau.
>
> *Je pense que c'est quelque chose qui se fait au fur et à mesure et qui change tout le temps avec les choses qui émergent…* réfléchit J8 à haute voix.
>
> *Le travail, il consiste à essayer d'émettre des hypothèses… pour soi-même d'abord en tant que thérapeute… tiens de quoi ça me parle… pour savoir tiens c'est quoi la problématique… quel est le tableau là… c'est cette place centrale du rêve qui va… quand il y en a… mais il y en a presque toujours… qui va être*

> *le guide… il se peut que la personne voie le problème d'une certaine manière et que l'inconscient le voie d'une autre manière… parce que le rêve, il voit…* affirme J1 avec force malgré sa voix basse, presque murmurée.
>
> *En général je prends le tambour et je fais comme un premier diagnostic. Pendant que la personne me parle, j'écoute déjà à un niveau aussi… enfin secondaire… pour avoir des informations… et je me rends compte quand même… je prends le tambour, j'ai tout de suite des informations beaucoup plus précises… et voilà, des choses que j'avais pas avant. Donc je prends ça… et des fois je pose quelques questions parce que je dis « je vois ça, je vois ça… ça vous dit quelque chose ?* (C6)
>
> *Il y a un appel des esprits, et puis il y a l'importance d'avoir bien précisé la demande, que ce soit la demande de la personne… pis après je peux avoir mon interprétation de sa demande… pis elle aussi souvent elle a beaucoup d'interprétation de sa demande… d'où ça vient, pourquoi, comment…* (…) *on a nos explications quoi. Mais après tu pars dans les mondes invisibles… et tu vas demander… donc si toi t'es convaincu de ce que c'est pis tu vas juste chercher… je crois que c'est pas la bonne idée quoi. Donc c'est vraiment j'ai compris votre demande pis on va aller voir… pis on va aller voir ce qu'on peut faire… mais tu sais pas avant ce qui se passe ou d'où ça vient et le pourquoi du comment* m'explique C7 en se roulant une cigarette avec un tabac tiré d'une pochette au « packaging » chamanique.

Ainsi et le/la praticien.ne et le/la patient.e introduisent un *tiers*[44] dans la détermination de l'intention. Il n'y a pas que la pensée rationnelle, le raisonnement, la volonté, etc. qui interviennent pour déterminer ou préciser *l'intention*[45]. Si nous nous référons aux citations ci-dessus, nous constatons que ce tiers peut prendre la forme de *rêves*, *d'états de consciences modifiés*, d'*esprits*, de *la relation*, du *tambour*, de l'*inconscient*, etc.

Néanmoins, même si *l'intention* évolue, se transforme, pour mes interlocuteurs, poser une *intention* reste fondamental.

---

[44] Nous reviendrons au chapitre 2.6 sur le rôle du tiers. Je note cependant que dans la définition même de l'intention nous retrouvons un condensé du processus thérapeutique, dont les différentes étapes font l'objet détaillé de chaque chapitre.

[45] Ce qui serait le cas, selon certain.e.s praticien.ne.s dans la définition d'un objectif, au sein de pratiques qui alors tendent à soumettre le processus à la volonté, la raison, etc.

> *L'intention de la personne c'est hyper important… quand cette intention elle est claire, je pars pour aller explorer par rapport à ça…* insiste C4

> *Du fait que c'est peut-être une intention de libération, ou une intention de croissance ça va orienter tout ce qui va se passer dans la séance dans le but de cette intention donc c'est important qu'il y ait une intention…* relève J5 en jetant un œil sur le petit enregistreur posé entre nous sur la table basse.

> *C'est-à-dire que les passages difficiles par lesquels elles vont passer c'est au nom de cette intention* (J5)

A partir de ces *intentions* implicites, puis précisées ensemble, en passant par un *tiers*, les praticien.ne.s cherchent ensuite à donner *une force* à l'intention, de lui faire *prendre matière*. Tout comme au terme d'un processus thérapeutique il est fréquent de chercher à *objectiver*, rendre *palpable* l'expérience.

> *On essaye en tant qu'accompagnant de clarifier l'intention au maximum, essayer de la condenser au maximum aussi… parce que souvent quand on pose la question « pourquoi est-ce que vous êtes venus me voir » on va te répondre par des périphrases incroyables, etc. on va essayer de raconter tout un historique… et en fait le chamane, lui il cherche plutôt à… à faire le focus, à mettre la force sur quelque chose de précis…*(…) *j'essaye de faire réduire de plus en plus les mots… utilisés par la personne… et peut-être même je vais lui dire « et si on devait résumer tout ça en un mot… » si vraiment la personne a de la peine… on le canalise et j'essaye vraiment de… ouais de le faire passer par la porte étroite… déjà ça, ça, fait partie du processus de guérison déjà…* (C2)

> *J'ai ma phrase, j'ai mon intention, une fois qu'elle est établie que tu te dis que c'est juste machin… et puis je la… elle prend matière… physiquement je la sens…* constate C3 en faisant mine de tenir l'intention dans le poing qu'il rapproche ensuite de son plexus.

> *L'intention elle, il faut qu'elle soit formulée en langage d'abord, puis ça va passer dans une forme d'énergie qui va porter le voyage si c'est du chamanisme… ou qui va agir, aussi être agissante dans la transe hypnotique… et alors ça devient… ça se met à jour ou ça devient clair… par le biais du film*

> *ou des images… du déroulement des images… par le processus métaphorique… qui peut rester mystérieux… qui peut rester énigmatique…* (H8)

2.3.7 La *dialectique* patient.e – thérapeute

La dialectique patient.e – thérapeute est au cœur de l'apprentissage du double positionnement psychique. À la fin du chapitre 3.1, nous avons vu que le/la thérapeute favorise un processus créatif plutôt qu'un diagnostic qui ramènerait l'expérience du/de la patient.e dans un cadre interprétatif préétabli. Le/la thérapeute adopte une position d'humilité, il/elle ne sait pas ce qui va se passer. Tout comme le « moi » accepte de ne plus être aux commandes.

« A ce stade, le thérapeute s'est dépouillé de ses savoirs et de ses jugements, son intelligence a été mise en suspens de même que sa volonté d'aboutir à quelque résultat. Il ne poursuit aucun but et n'a aucune intention. Que reste-t-il ? Il ne flotte tout de même pas dans l'air. Non, il est seulement réduit à la sensorialité » (Roustang, 2008 : 63).

De même pour H5 :

> *La thérapie c'est pas une norme, c'est pas une éducation à quelque chose c'est un accompagnement vers un soulagement... (…) il y a un ajustement qui doit se faire, explicite à mon avis… qui doit être celui de l'attente du patient et puis de l'intention du thérapeute…* (H5)

D'une certaine manière il en va de même pour C2, néo-chamane :

> *Mon objectif en tant que chamane, c'est de me mettre à disposition du client justement pour… créer un canal, entre le monde visible et le monde invisible… voilà, c'est mon unique objectif, parce que en fait ce n'est pas moi qui agis… ce n'est jamais moi qui agit… c'est le client et les esprits… moi je ne fais que transmettre la demande du client…* (C2)

Malgré cette position d'humilité, d'accompagnement, le rôle du/de la thérapeute est de veiller à ce que le processus se déroule dans un sens positif, de se positionner en *gardien de l'intention* :

> *Le but c'est plutôt de se rendre compte qu'elles sont toujours sur leur fil puis qu'elles ne commencent pas à se raconter des histoires, ou qu'elles ne partent pas dans quelque chose d'autres et puis de les ramener à ce qu'elles sont en*

> *train de dire ou ce qu'elles sont en train d'explorer à cette séance-ci… L'intervention ça va être de les ramener ou à la limite de les recentrer sur la fameuse intention…* (J5)

> H 7 dit : *« Ok, observez ce qui se passe… très très bien… hum hum… » de temps en temps je dis… « observez* **…** *rappelez-vous votre intention »…* (H7)

> *Et alors ce qui est important c'est que les rêves se terminent bien... des fois ça peut durer plus longtemps qu'une nuit…* (C6)

> *Je garde l'espace physique de la réalité ordinaire… mais je sens aussi… je ne vais pas aller intervenir dans le voyage de la personne même à un niveau de réalité non ordinaire, ça c'est sûr que non… mais je suis quand même garante qu'il y a un… c'est en t'en parlant que je pense à ça… mais c'est un truc assez subtil… peut-être que je me trompe… parce que aussi je n'ai pas assez d'expérience… mais j'ai l'impression qu'il y a quand même un côté où je suis garante que la personne ne se perde pas trop…* (C4)

Le/la thérapeute enseigne aussi au/à la patient.e, de par son attitude, à être confiant.e dans le processus même si il/elle est déstabilisé.e par ce vécu *labile*, *indicible*, *paradoxal* :

> *Quand tout à coup on sent que l'autre a peur d'être fou… on comprend bien hein, tout à coup il fait « heinnnnn !!! » il voit un peu le gouffre de la folie s'ouvrir sous ses… 'fin … et moi aussi je me dis, mon Dieu quelle horreur, il va décompenser, ça va être la cata, faudra que j'appelle le 121, 124, ou je sais pas quoi, l'ambulance… ou je sais pas quoi… bon en général je n'ai pas le temps de me dire ça mais j'ai peur, ce genre de peur là.,… puis si j'arrive <u>à</u> « ffffiou » à me dire « ok, voilà », 'fin je sais pas comment dire… à considérer ça avec… une certaine sérénité… en me disant « c'est une possibilité, on verra bien… » mais je fais confiance à la structure de la personne, en ses protecteurs et les miens aussi…* (J5)

> *Une fois que cette question* (l'intention) *est posée évidemment les choses sont très simples… pour le thérapeute il n'y a pas besoin d'inventer quoi que ce soit.. moi j'ai pas besoin d'aller puiser dans des livres de métaphores, de recettes, de que sais-je, je fais pas de plan avec un patient, je me dis pas « ah voilà il a ça, il faut faire ça, ça, ça, il y a ceci ou cela qui agira, pour moi c'est pas.. je pars*

> *du principe que je fais confiance au patient dans sa globalité… s'il vient et qu'il attend quelque chose comme ça, je m'attends à ce qu'il trouve son soulagement, je m'attends à ce qu'il puisse le faire et non pas à que je doive le faire pour lui. Donc les choses sont plus simples de cette manière* (H5)

> *Oui parce que vous, alors, vous devez être quelqu'un de non intrusif… et dans une confiance… c'est ça la base aussi, la confiance totale que la personne a tout ce qu'elle a à l'intérieur d'elle pour guérir, corps et âme…* (H7)

> *Je lui fais confiance… pis elle, il faut qu'elle fasse confiance et pis elle va faire ce qu'elle a à faire… c'est vraiment ça…* (H3)

Les thérapeutes relèvent que pour pouvoir être en confiance eux/elles-mêmes, enseigner la confiance, cela implique d'avoir déjà effectué le chemin pour soi :

> *Cette idée du « guérisseur-blessé » elle est très importante parce que si on prend soin de notre blessure, malgré tout, l'autre aussi il se constelle une possibilité de prendre soin de lui-même, à l'intérieur de lui… puis qui fait partie de la guérison…*(…) *C'est-à-dire que si l'on veut soigner, on doit être en contact avec notre part de vulnérabilité, sinon on devient un espèce d'autocrate… ça c'est très chamanique… et si le soignant est en accord avec sa propre partie blessée, le client-patient, ça réveille en lui le thérapeute intérieur… dans le sens que c'est pas le soignant qui soigne le patient mais… le soignant, en étant en contact avec sa blessure intérieure, constelle comme ils disent, chez l'autre, son guérisseur intérieur… et c'est ce guérisseur intérieur qui guérit le patient...* (J5)

> *Ça veut dire qu'à force de fréquenter ses propres images, de visualiser... ou d'effectuer ses voyages chamaniques et tout ça, on a une… des « antennes palpatoires » de meilleures qualités… c'est à dire, on apprend vraiment à… pouvoir vraiment rentrer dans l'univers de l'autre et l'accompagner avec une forme de présence qui permet à l'autre de développer ça dans une grande liberté…* (H8)

> *J'essaye d'être le plus avec la personne. C'est peut-être ça qui contient. Mais du coup, je peux être avec parce que je suis pas à sa place et puis je vois peut-être un tout petit peu plus devant et un tout petit peu plus derrière qu'elle. C'est*

> *tout. Parce que j'ai vu plus de gens, je commence à voir des gens qui ont passé par là, et puis moi, et puis… voilà d'avoir travaillé sur ces situations…* (J7)
>
> *Il faut être entraîné… t'es pas un bon skieur si t'es pas entraîné…* (C6)
>
> *C'est là-dessus que je m'appuie… j'ai dans ma vie déjà traversé des labyrinthes… (…) je peux être d'autant plus ferme et d'autant plus en sécurité…* (H2)
>
> *Effectivement, faire confiance à la méthode, à ses outils, en se disant vraiment… aussi nous parce qu'on les a expérimentés comme sujet, ensuite on les a étudiés pendant des années, ensuite on a vu des foultitudes de cas quand même, assez rapidement on a vu pas mal de monde…* (J5)

Enfin, le/la praticien.ne, particulièrement en hypnose, suggère que la situation initiale, généralement celle pour laquelle le/la patient.e vient consulter, se transforme de manière bénéfique :

> *Je dis… « Alors… observez ce bien-être… il irradie, il diffuse, il provoque quelque chose, il transforme quelque chose… » Mais toujours des mots ouverts… je fais des « mmm… mmm », « mouais… » j'accueille « ça change ? ça se transforme ? » « ça… ? C'est… ? » et pis je laisse des vides… « C'est comment là ? C'est comment ? Pouvez m'expliquer un peu…* (H6)
>
> *« Ou je commence à avoir le vertige » « D'accord, vos pieds sont posés sur quoi ? » Donc moi je postule qu'il y a un lieu là-bas, ma suggestion c'est qu'il y a un lieu, ou naturellement, dans le monde non-ordinaire ça marche comme dans le monde ordinaire entre autres, on peut aussi voler mais ça marche entre autres qu'on a les pieds posés sur quelque chose… et donc la personne elle trouve la question incongrue un peu sûrement, mais elle répond, elle dit « ben euh du noir ». Donc on va utiliser pour le processus métaphorique une modification, une transformation progressive de ça. « C'est noir partout toujours ? » Donc je vais pas les harceler avec ça... mais je vais entrouvrir quand je vois que ça se referme… « qu'est-ce qui est plus clair dans l'histoire ? Quel est le coin le plus vivant dans votre tableau ? » des choses comme ça… donc postuler qu'il y a toujours de la différence dans les gris, que c'est pas ou noir ou blanc, qu'il y a toujours quelque chose qui se différencie, et attraper ça*

pour que la personne puisse de nouveau, au fond être en mouvement dans sa métaphore, c'est-à-dire que ce soit pas juste un tableau figé. (H8)

« Observez… observez comment ça change… » pis vous dites « vous êtes en train de changer… » c' est un truisme aussi, je veux dire après vous faites une leçon de physiologie… souvent je dis « je vais pas vous faire une leçon de physiologie et d'anatomie, c'est un peu ennuyeux… mais vous savez les cellules, pati pata… » je commence à… « vous êtes tout le temps en train de changer, vous n'êtes jamais le même… » vous lisez Hubert Reeves pis vous parlez de l'univers… « observez cette planète qui est là… là-bas, c'est votre passé. Elle existe peut-être déjà plus, vous ne savez pas… vous observez le passé en regardant l'univers » Je veux dire c'est très hypnotique ça… vous dites ça dans une séance, ça vous relativise beaucoup de choses… et les gens observent que ça change pendant la séance… ils sont étonnés, ils disent « tiens j'ai observé qu'il y a eu quelque chose d'étonnant » mais ils n'arrivent pas à dire quoi… mais ça on s'en fout, c'est ça la clé du mystère, c'est qu'on se fout s'ils savent dire quoi ou pas… et en général à la fin de la séance je laisse l'ouverture « Question ?... Demande ? Remarque ? Est-ce qu'il y a des choses qui ont été faciles, moins faciles ? » il n'y a jamais de remarque… ils sortent de… ils sont en transe… et pis on est accueillant… on leur laisse la possibilité de faire des remarques, notamment s'il y a des choses qui se sont mal passées… mais comme nous on est observateur, on sait quand il y a des choses qui se passent mal… et quand elle se passent mal, on les accompagne, en leur disant « observez comment ça se transforme… » (H7)

⁕

Dans ce chapitre consacré à l'importance du double positionnement psychique, nous avons vu que l'apprentissage de la dialectique, au sein de ce double positionnement psychique, passe par la relation patient.e – thérapeute. L'apprentissage de cette dialectique, avec l'attention aux perceptions, est une des principales composantes des pratiques étudiées. La dialectique est non seulement l'outil thérapeutique mais aussi le but thérapeutique qui conditionne l'entier du processus, à commencer par la définition de l'intention thérapeutique. Dans le prochain chapitre, je vais plus particulièrement m'intéresser à ce que disent mes interlocuteur/rice.s du cadre, qui comme l'intention porte et contient la dialectique.

2.4 *Un espace symbolique, transitionnel*

Il ressort des récits des acteur/rice.s rencontré.e.s que si la relation patient.e – thérapeute soutient l'apprentissage d'une *dialectique* psychique, le contexte thérapeutique, le cadre soutient pour sa part l'acquisition d'un *espace symbolique*, d'un *espace transitionnel et* personnel. La question de savoir s'il s'agit d'un *espace intérieur* ou *extérieur, psychique, symbolique* ou *d'autres réalités* fait débat. Par contre les différent.e.s praticien.ne.s se rejoignent sur le fait que le processus thérapeutique s'ouvre sur *un espace-temps non ordinaire*, un *container* qui facilite la transformation et d'où émergent des images. Ils/elles s'accordent aussi sur le fait que si cet *espace symbolique*, personnel n'existe pas, les personnes tendent à opérer le processus dialectique avec des personnes de leur entourage. Ils/elles insistent aussi sur le fait que cet espace *transitionnel, psychoïde* est un espace *tiers*, entre la *réalité ordinaire* et un monde de fantaisie qui serait complètement *déconnectée* de la réalité quotidienne.

2.4.1 Un espace-temps *non ordinaire*

Pour H4, dont le cabinet se trouve dans une maison hors des sentiers battus, peut-être que s'offrir un temps pour s'écouter est même plus important que quoi qu'on fasse, quelle que soit la pratique

> *Il y a des choses qui doivent émerger, des associations que notre cerveau doit faire qu'il n'aurait probablement pas fait s'il était dans la nécessité de gérer l'agenda, de gérer la voiture… je crois que c'est aussi ça la valeur d'une séance de thérapie, c'est pas forcément ce qu'on en fait, c'est le temps qu'on s'offre à soi pour s'écouter…* (H4)

Prendre ce temps n'est pas chose courante. Selon J7 et J6 il est probable que le simple fait de s'arrêter, de s'écouter, d'entrer dans la pièce de la thérapie dédiée à cette écoute, induise un « état de conscience modifié ». La conscience n'est plus tournée sur l'extérieur mais sur l'intérieur.

> *Pour moi c'est… d'avoir le temps… le matériel qui est là… puis voilà… certainement que c'est un état modifié de conscience, car c'est quand même rarement qu'on se donne ces moments-là et puis il faut trouver la disponibilité intérieure… pour laisser émerger il ne faut pas être submergé par ce que je vais encore faire demain, je vais encore faire ceci…* (J7)

> *Donc à ce moment-là, on pourrait dire qu'à partir du moment où la personne est installée dans la pièce de thérapie, elle est dans un autre état…* (J6)

> *Si tu fais une retraite ou tu pars dans un endroit où tu n'as rien à faire pendant 2-3 semaines... Bien souvent tu as une montée de l'inconscient parce que tu n'as pas le souci extérieur. (…) Donc le Moi se retourne quelque part vers l'intérieur et l'énergie est libérée pour l'inconscient, tu vois.* (J7)

Selon J6, travailleuse sociale avant de devenir thérapeute et maintenant cadre dans la formation à l'analyse jungienne, c'est fréquent que le ou la patient.e délimite lui/elle-même le cadre avec un comportement ritualisé.

> *J'ai l'image d'une personne… quand elle arrivait… ben c'est toujours la même chose… elle enlevait les chaussures, elle mettait les pieds en tailleur… c'est de prendre une position particulière… il y a des gens où c'est moins poétique, ils posent leurs clés, leur téléphone, leur porte-monnaie sur la table et puis on commence… je pense… c'est quand même un moment en dehors de la vie… la séance… donc dans ce sens-là on est déjà dans une autre sphère… où on peut l'appeler comme on veut… où on est là pour… soi* (J6)

Les praticien.ne.s aussi accordent de l'importance à séparer l'espace thérapeutique du temps et de l'espace ordinaire :

> *C'est un lieu dédié à ça, un espace, un petit coin, une table, un lit, une pièce quoi… c'est qu'il soit plutôt accueillant, c'est aussi de le préparer pour les personnes qui arrivent, qu'elles se sentent plus ou moins à l'aise, c'est de « sauger » l'espace, c'est de me connecter, avant que la personne arrive, avec mes esprits pour que je puisse être déjà avec mes esprits proche et bien présent, d'assurer ce lien, ce centrage…* (C3)

> *Avant un soin par exemple je me mets toujours en relation aussi avec le lieu, je demande la protection des 6 directions, ça je le fais aussi avec le tambour, c'est de créer l'espace…* (…) *pour moi les 6 directions englobent un peu tout ce qui nous entoure… parce qu'on appelle les 4 points cardinaux, le père ciel, la terre mère, c'est vraiment la boule… on élargit le champs pour… avec tout ça, voilà on demande la protection pour tout ce champ-là, pour la phase de soin, pour ce moment qu'on va vivre particulier* (…) *pour moi cette phase là c'est créer*

> *l'espace qui est suffisamment sécurisé pour pouvoir rentrer dans le soin… mais c'est certainement le premier pas pour moi aussi d'entrer dedans…* (C5)

> *Déjà la création d'un espace où les énergies sont clean, où la personne peut se poser en confiance, où ça sent bon, où tu peux avoir tes alliés. Et puis déjà de préparer ça avant qu'elle arrive et puis toi déjà là tu t'es mis dans cet espace… comme j'en sais rien… un thérapeute il arrive à son cabinet, un médecin il met sa blouse… tu t'es mis au service de cette fonction, tu t'es mis au service de ce travail que t'as dit que tu ferais… donc il y a déjà quelque chose qui s'est modifié en toi…* (C7)

> *Si on fait référence au chamanisme, voilà ça sera un rituel particulier ou ça sera la forme de la hutte à sudation et puis après on va dans le tipi… enfin il est hyper complexe le dispositif par exemple de la prise de Peyotl ou d'Ayahuasca… il est différent selon les cultures, et les chamanes… mais enfin il est super pensé et super construit… et puis après il y a le dispositif de l'hypnothérapeute, il y peut-être juste deux chaises… il y a un début, il y a une fin… une pièce carrée avec une porte fermée, il n'y a personne qui rentre… et puis il y a les dispositifs, même dans la médecine classique (…) tout ça c'est des dispositifs qui participent en l'occurrence à la guérison…* (H2)

2.4.2 Des limites claires, un *contenant* pour que *ça se passe*

Le cadre n'est pas uniquement délimité physiquement, il l'est aussi au niveau des compétences du/de la thérapeute :

> La personne (…) *se recentre déjà si moi en face je lui dis « là je peux vous accompagner, mais vraiment, mais si ça dépasse ça je vous enverrai chez quelqu'un d'autre, ou... je vous proposerai… ou en en parlera… mais voilà, il y a une limite à mon intervention… voilà… et en même temps, il y a un centre…* me dit H2 avec ce geste du poing de haut en bas qui désigne l'axe et avec cette détermination qui rassure dans la voix.

Je relève que les actes posés pour *la création de l'espace*, pour délimiter le cadre, doivent induire de la sécurité, de la *protection* pour que le/la patient.e puisse *se poser en confiance*, puisse se *recentrer.* Le cadre doit être suffisamment sécurisé car dans cet *espace libre* :

> *On s'ouvre à toutes les possibilités qui peuvent se passer mais protégé… donc protégé dans la relation, dans le secret, aussi des influences extérieures, et aussi des dynamiques qui peuvent être destructrices de l'intérieur…* (J2)

> *Un thérapeute il peut contribuer à créer un cadre favorable pour que ça se passe* (H1)

> *Tu crées un cadre… et puis tout le travail c'est d'être au plus proche de son centre et de sa force, de tenir ce cadre, tout en laissant tout le possible à l'intérieur… (…) le cadre il est clair, simple… mais il laisse complètement l'espace à l'intérieur… plus ça se passe, plus la magie elle arrive, c'est exactement cette image là, dans le soin aussi, 'fin dans le soin… l'idée du canal…* me dit C3 qui a également suivi une formation sur le rituel et qui a célébré un rituel dans ma propre famille au cours duquel j'ai pu être en contact, sentir au-delà des mot, sa posture de garant du cadre.

> *On ouvre l'espace où ces choses peuvent circuler librement, peuvent retrouver une dynamique vivante…* me dit J2 alors que des sensations de petite fille me reviennent en mémoire lorsque mes yeux se posent sur une des poupées présentes dans la pièce.

J2, praticienne de « thérapie » avec le jeu de sable, souligne que pour Dora Kalf, fondatrice de la « thérapie par le jeu de sable », « l'espace libre » était vraiment une notion-clé. Par rapport à cette pratique du jeu de sable, J4 me dit

> *J'explique le cadre, voilà qu'ils ont ces deux bacs à sable, avec du sable mouillé, l'autre avec du sable sec… et qu'ils peuvent choisir, et puis qu'ils peuvent faire ce qu'ils veulent… donc à nouveau je ne donne pas vraiment de consignes de production…* (J4)

Ainsi, il apparaît que pour mes interlocuteur/rice.s le cadre *ouvre un espace* où *toutes les possibilités peuvent circuler librement*, mais plus encore, disent-t-il, le cadre *ouvre un espace* dans lequel les choses peuvent se *transformer* :

> *Tu peux prendre les pires choses que t'as vécues… si tu sais trouver le bon espace… et ça c'est important… le bon espace… pour le transformer… après tu peux donner…* affirme H1 avec ce regard qui laisse entrevoir des mystères.

De même, pour H8,

> *Dans ce cadre-là on peut accompagner une métaphore négative. On est dans un processus. On est dans une transformation de l'image qui va toujours positivement dans le processus thérapeutique. C'est-à-dire que le processus thérapeutique est un processus résolutif. Il y a une bascule à un moment donné.* (…) *dans cet espace-là, se crée quelque chose qui transforme, que le thérapeute accompagne* souligne H8 en relevant la tête.
>
> *On ouvre l'espace (…) et puis ça va trouver un chemin pour se rééquilibrer ou pour se redynamiser dans le bon sens…* (J2)

Cependant, pour que la transformation se fasse, il semble que non seulement cela nécessite que le cadre ouvre l'espace où toutes les possibilités peuvent circuler librement mais aussi que tout le processus reste « secret », « intime », c'est-à-dire ne sortent pas de l'espace tant que ça n'a pas été transformé :

H1 me confie que l'une des premières choses que lui a dite son analyste c'est :

> *« Ce que tu amènes ici… tu n'en parles plus ailleurs ». Là c'est important, c'est à dire, tu ramènes la chose, mais l'alchimie c'est… c'est faire la bulle… parce que si tu veux que les choses se transforment, il ne faut pas que l'énergie foute le camp de tous les côtés. Tu dois garder la chose là-dedans…* me dit H1 dont le ton m'invite encore une fois à me sentir comme une initiée devant un maître de cérémonie.

Pour C2,

> *Parler de ces choses… c'est comme si ça diluait… le fait de la révéler… c'est comme si ça diluait sa force… le fait de ne pas en parler et de le garder en soi… ça permet justement à cette énergie d'exister…* (C2)

De même pour C1,

> *C'est juste une question de diluer la force ou la garder ou la préserver* m'explique C1 après avoir hésité à me confier ou non certaines expériences.

Et pour H2 non plus, on ne parle pas du processus en dehors du cadre, en dehors du *dispositif* thérapeutique ou rituel :

> *Parce que ça se délite… c'est jeter des perles aux pourceaux… et même comme tout ce qui est sacré justement on ne doit pas pouvoir… non, non, non, on ne peut pas… donc ici, il y a un dispositif qui fait que je peux en parler…* (H2)

On retrouve les mêmes considérations chez les analystes jungiens :

> *Pour moi c'est toujours très important aussi que ces choses restent à l'intérieur (…) parfois ça peut aller aussi trop vite je trouve de vouloir l'extérioriser… surtout avec là les images aujourd'hui… les gens veulent vite prendre le « natel »*[46]*, prendre une photo de la construction… et puis ça j'empêche, je ne suis pas d'accord que ça soit tout de suite à l'extérieur… moi je trouve beaucoup plus puissant quand ça reste un travail… un petit travail intérieur,* (…) *Peut-être que ça a à voir avec le « container »… le container… les alchimistes, on dit que le processus peut seulement se faire s'il se passe dans un container fermé ou dans un vase… le vase alchimique… donc ça doit rester fermé pour que le processus à l'intérieur puisse se faire… ça peut pas se faire dans une ouverture… ou quelque chose qui n'est pas délimité.* (J2)

> *On concentre l'énergie, et ça donne de la force… le meilleur exemple qu'on puisse donner à ça c'est… un barrage d'eau… l'eau c'est l'énergie, le barrage c'est ce qui retient cette énergie… et puis quand on met un tuyau… et qu'on canalise l'eau… et ben ça devient une force… ça devient de la force électrique par exemple, la force sur une turbine… on dirige ce tuyau sur un objectif, et là ça devient de la force…* relève C2 avec un sourire, content d'avoir trouvé l'image juste pour exprimer ce qu'il voulait dire.

> *J'ai l'impression que personne ne doit être là, parce que c'est en train de se faire… donc il faut être juste attentif à ce qui vient, sans interférer, puis dire euh… stop ou pourquoi je fais ça mais laisser faire…* (J7)

On retrouve dans ces différents propos l'idée de conserver la *force*, la *puissance*, l'*énergie*, qui, si elle n'est pas contenue, comme dans *le vase alchimique*, se *déliterait*, se *diluerait,* empêchant que *ça se passe*, que la transformation *se fasse*. Si l'on trouve cette notion partagée de *conserver la force* dans les récits de mes interlocuteur/rice.s, il y a également l'idée de préserver quelque chose de *délicat*, une part de *mystère* :

---

[46] Téléphone portable

> *Je pense que la vue elle a quelque chose de stérile… tout ce qui est… ou une trop grande lumière… on pourra parler de quelque chose de délicat… si on le met en pleine lumière il risque de crever… ou en plein soleil... par contre s'il est dans une pénombre ou dans quelque chose de plus nuancé, il peut rester avec sa part de mystère…* me dit J1 alors que les rideaux de la pièce sont tirés.

H1 partage cette crainte de « trop de lumière » :

> *C'est vraiment une question de « trop de lumière »…* (…) *sur des choses qui nécessitent la lumière d'une bougie…* (…) *à un moment donné on va pouvoir dire « ah… dans cet espace autour de la bougie, il s'est passé des tas de choses…»* relève H1 qui connaît très bien et depuis longtemps J1

Jusqu'ici nous avons évoqué le cadre, qui *ouvre un espace*, qui permet une *transformation* s'il est gardé « secret », « intime », sous la forme du *temps qu'on s'offre à soi pour s'écouter***…** en dehors des préoccupations quotidiennes, d'un espace délimité physiquement et symboliquement (*sauger l'espace*, *demander la protection des 6 directions* rapproché de rituels plus conventionnels tels que ceux du médecin qui *met sa blouse*, qui se lave les mains), des limites des compétences des praticien.ne.s *,* (« *il y a une limite à mon intervention… voilà… et en même temps, il y a un centre…»*) mais il nous faut encore aborder une autre dimension du cadre, le cadre en tant que processus qui a un début et une fin :

> *C'est important de pouvoir* (…) *autant que possible, (…) prévoir la fin et de la préparer…* (…) *et je crois que c'est réellement important… de sorte que la personne ne reparte pas avec une fuite quelque part… mais qu'elle puisse contenir le processus en partant, et tout emmener, boucler, et que toute l'énergie lui soit restituée, qu'elle puisse vraiment emballer…* (J1)

A nouveau, il est question de contenir une *énergie*, de ne pas avorter un processus en cours, au risque de *repartir avec une fuite*, qui ne permettrait pas la transformation. Et puis, d'après certain.e.s des acteur/rice.s, partager ou exposer ce processus sans plus de soin *c'est aussi ne pas considérer le côté sacré de cette relation* (C6), du processus en train de se faire. Ainsi, C7 relève :

> *Si tu veux partager quelque chose de sacré, assure-toi que ce soit dans un contexte sacré… Ton histoire elle est belle, elle est valable, elle est précieuse… ne l'épuise pas, ne t'en ventes pas… juste regarde ça… avec qui, comment tu*

> *veux partager ça… et c'est bête mais c'est comme ça la magie aussi…* me dit C7 avec son regard rebel.

2.4.3 Un *espace symbolique, transitionnel, psychoïde*

Précédemment, J5 évoquait la relation du/de la « *guérisseur/se-blessé.e* », soit l'idée que le contact d'un.e patient.e avec un.e « *guérisseur/se-extérieur.e* » - garant.e de l'intention, confiant.e dans ce processus au cours duquel l'identité et le temps deviennent fluides et labiles, où ça devient confus au niveau de mots – permet au/ à la patient.e de contacter son/sa propre « *guérisseur/se-intérieur.e* », à condition que le/la « *guérisseur/se-extérieur.e* » soit lui/elle-même en contact avec sa propre blessure, alors qu'il/elle vit en confiance le processus dont il/elle est le/la garant.e.

Sur la base du même principe, il semble que *le cadre*, *le dispositif* que nous venons de détailler, qui accueille un processus dont le *Moi* n'est pas « au centre », un espace qui permet le positionnement psychique paradoxal propre à ces pratiques, puisse être intégré par les acteur/rice.s :

> *Je convoque cette plasticité de positionnement intérieur… je convoque cette relation… je convoque cette plasticité… pour me donner de la force, pour… pour me mettre ailleurs… mais c'est aussi que ça vient des fois…* souligne H2 avec cette position réflexive, cette expression nuancée presque hésitante pour choisir le bon geste, le bon mot.

Au cours des entretiens, il est assez rapidement ressorti que pouvoir faire appel à cet espace psychique est presque plus important que les images en soi. Rappelons-nous que ma question de départ portait sur « l'impact d'une image visualisée en état de conscience modifié ». Or, H2 toujours relève :

> *Je convoque des images, mais je convoque surtout un espace en moi où il y a ces images… Je convoque un espace psychique* (H2).

Et en réfléchissant à la manière de qualifier cet espace, elle précisera encore *je préfère dire l' « espace symbolique » je dirai... voilà à travers ma culture et les concepts que je porte en moi, c'est ce qui est de plus proche… ouais… juste après ce serait « métaphorique »… j'hésite entre les deux mais disons « symbolique » c'est celui que je préfère à cause de sumbolon*[47]*… tu vois, je vois le truc du double* (H2). J2 mentionne

[47] Je développe l'importance accordée au « symbole » et à sa définition au chapitre 3.8.

que *Jung parlait de l'attitude symbolique dans la vie « symbolische Anstellung »*. Et elle rajoute, c'est *cette ouverture à ce qui se passe à l'extérieur dans la perception de ce que ça signifie maintenant pour soi-même* (J2). Pour H1 c'est une manière à la fois *De se relier à soi,* et à la fois *de se relier au Soi…*(H1), *d'ailleurs le Soi, on pourrait dire c'est le conscient et l'inconscient…* (J7). H8, quant à elle se réfère à Winnicott (1975) et à son concept d' « *espace transitionnel* » : *c'est toute cette réflexion sur la construction de l'espace imaginaire…* (H8). Alors que pour H1, en référence à Jung, *appelle ça « l'espace psychoïde » à l'intérieur de notre inconscient… un espace qui fabrique constamment… une espèce de chaos qui fabrique constamment des images… qui fabrique constamment de l'énergie… qui émerge pis qui redescend… qui émerge puis qui redescend… et pis que de cet espace psychoïde émergent des éléments qui sont des ressources… susceptibles d'être travaillées…* (H1)

Il semble donc que les cadres « ritualisés » dans lesquels s'effectuent les pratiques étudiées favorisent *l'ouverture d'un espace* protégé et intime, au sein duquel *toutes les possibilités peuvent circuler*, les problématiques se *transformer* comme dans le *container alchimique*. En outre, au sein de la relation thérapeutique de type « *guérisseur/se-blessé.e* », les cadres « ritualisés » semblent favoriser *l'ouverture d'un espace* qualifié de « *symbolique* », « *métaphorique* », « *transitionnel* », « *imaginaire* », « *psychoïde* ». Un *espace psychique* que les acteur/rice.s *convoquent*, pour se relier *à la fois à soi et au Soi*, pour faire communiquer *le conscient et l'inconscient*, *l'intérieur et l'extérieur*, pour relier deux aspects (*sumbolon*). Il est question de la construction d'un *espace imaginaire*, d'un espace *qui fabrique constamment des images*. Je rapproche cet *espace* de la « *réalité non ordinaire* » des « néo-chamanes », une « *réalité non-ordinaire* » qui, de leur point de vue, inclut un « *monde d'en haut* » et un « *monde d'en bas* ».

2.4.4 Un espace pour jouer ses images plutôt que *d'être joué par* les images

Il ressort du discours implicite de mes interlocuteur/rice.s deux risques à ne pas être en relation avec cet espace. Soit le risque de ne pas être conscient.e du processus imaginaire qui se déroule, selon les praticien.ne.s, de toutes manière en permanence, et donc de ne pas bénéficier des « avantages » à être conscient.e de ce processus. Soit les « risques » de ne pas contenir ce processus imaginaire, jusqu'à développer une relation pathologique à l'imaginaire. Avant de développer dans les prochains chapitres les « avantages », toujours selon les acteur/rice.s rencontré.e.s, à être conscient.e de ce

processus imaginaire qui se déploie en permanence, je vais consacrer les pages qui suivent aux « risques » de ne pas être conscient.e de ce processus.

Le premier « risque » de ne pas être conscient de ce processus imaginaire est, pour J7, que *les choses vont se présenter de l'extérieur, avec violence, parce qu'on ne laisse pas monter les choses de l'intérieur…*(J7). Selon lui, s'il n'y a pas *un jeu libéré avec ces énergies-là*, on en devient *victime* (J7). Pour H1, *le risque, si on est shooté par ce qui a émergé, est d'être esclavagisé ou cannibalisé par ses images et d'esclavagiser les autres s* (H1) L'individu *n'est pas maître de lui-même… (…) il est comme dans un jeu de… de billard, je sais pas, un truc comme ça…*(H7). Les praticien.ne.s du « néo-chamanisme » parlent de « *possessions* » ou d' « *incorporations* » qui nécessitent des « *extractions* ».

D'après certains praticien.ne.s d'hypnose et de l'analyse jungienne, le mécanisme qui conduirait l'individu à se retrouver *sans maîtrise*, *victime*, *cannibalisé*, *esclavagisé* serait de l'ordre de *la projection*. Selon Cyrille Champagne [48] , *le contenu de l'imagination*, s'il n'est pas accueilli, *est projeté* sur le monde extérieur. Nous aurions accès au contenu de l'imagination par *inhibition de l'inhibition.* Cela signifie qu'il n'est pas question de *créer un accès c'est juste dévoiler quelque chose que nous ne pouvions pas voir*, un processus qui est, qu'on en ait conscience ou non, présent. Pour beaucoup de jungien.ne.s nous aurions toutes et tous des « complexes »[49] que nous *projetterions*

---

[48] https://www.youtube.com/watch?v=rALTeC5TJTg, (consulté le 8 janvier2019)

[49] « (…) *one of the most common shamanic theories of psychological disorder is based upon the belief that invading and possessing spirits can seize and possess the person, or steal away the soul, giving rise to pathological imbalances requiring shamanic restoration. Jung sometimes speaks in a similar manner, although with psychological intent, of those « little devils, » which account for various psychopathological manifestations, but which he psychologically reinterprets as feeling toned complexes* » (Smith, 2007: 125)
« *Every person has a number of complexes. A complex itself is not harmful or resultant in significant self-defeating behavior* (…). *Complexes consist of a collection of ideas and images organized around one or more archetypes at the complex core, and having a certain feeling tone and energy charge. All of us, for example, have a mother and father complex. They may not be harmful, bus simply a collection of ideas, memories, fantasies, and emotions which are constellated around our own experiences of our parents, and which are finally organized by the mother and father archetypes. What distinguishes a pathological complex from a more or less ordinary one is the emotional charge of the nuclear core of an autonomous complex. If inner and outer events become sufficient to provoke the constellation of a complex in a strong and discordant way, it may be said to be pathological, because it remains unconscious, and tends to be autonomous in working against the part-to-whole integrity of the psyche. An autonomous complex can usurp the role of the ego, can even use the ego for its own purposes* » (Smith, 2007: 130).

sur notre entourage aussi longtemps que nous n'en prendrions pas conscience, que nous nous ne le réapproprierions pas.

> *J'accorde beaucoup d'importance aux « complexes ». Bon c'est très jungien, mais ça c'est vraiment quelque chose qui m'a vraiment convaincu dans ma formation… à quel point c'était intéressant et ça allait loin de travailler avec les « complexes »… ça permet même un travail de type transpersonnel dans une certaine mesure. Ben… une fois qu'on a un « complexe », là aussi, on tient quelque chose qui est ancré sur l'inconscient. Même si on ne parle que de problème relationnel au boulot ou je ne sais pas quoi. On a cet ancrage... Du fait que j'essaye d'aider la personne à sentir comment ce « complexe » se manifeste en elle, qu'elle le repère elle-même… qu'elle se rend compte que les émotions qu'elle vit dans ce cadre-là ne sont pas objectivement liées au déclencheur, mais liées à sa problématique à elle… de manière à pas être si projective sur l'autre enfin… et puis à éviter de tomber toujours dans le même piège ou de diaboliser l'autre… de comprendre aussi mieux la complexité psychique d'elle et de l'autre dans les conflits relationnels.* (J5)
>
> S'il n'y a pas de rêves, *L'inconscient va quand même se présenter dans la vie extérieure… (…) Beaucoup dans les relations, l'environnement. Le conjoint, c'est quand même le cœur de la relation le conjoint. Mais aussi les voisins, les relations professionnelles, les enfants… et même je pense qu'il faut pas… le risque peut-être aussi, c'est un risque au début pour les jungiens c'est de presque trop se baser sur l'aspect introversion, images intérieures. Parce qu'au fond les images extérieures de notre environnement sont tout aussi importantes...* (J7)
>
> *Pour moi l'extérieur reflète l'intérieur. C'est pas deux dimensions séparées pour moi. Donc une situation banale à l'extérieur, avec des adultes on peut vraiment travailler ça. On peut la prendre comme un micro… comme un reflet des dynamiques intérieures…* exprime J2 le regard tourné vers l'intérieur.

Généralement cette idée d'un mécanisme *projectif* est remise en cause par les praticien.ne.s du « néo-chamanisme ». Ils/elles questionnent notamment les notions d'« intériorité » et d' « extériorité ». Qu'il s'agisse de *projections* ou non, pour mes interlocuteur/rice.s des trois pratiques, s'il n'y a pas de relation avec cet *espace*

imaginaire, s'il n'y a pas - comme nous le développerons au chapitre suivant - de dialogue avec les *complexes*, avec les *esprits*, les *parts de soi*, des figures imaginales, accueillis dans cet espace, ceux et celles-ci agissent à notre insu. Nous en sommes dès lors les *victimes*, ils nous *cannibalisent* et nous font *esclavagiser* les autres.

Pour les acteur/rice.s rencontré.e.s, l'*espace imaginaire*, qu'ils/elles le nomment « *transitionnel* », « *symbolique* », « *psychoïde* » ou même « *réalité non ordinaire* » ferait office de ce que je vais qualifier d' « espace tiers »[50], un espace ni « *intérieur* », ni « *extérieur* » mais à la fois « *intérieur* » et « *extérieur* » et les *réconciliations* que l'on peut faire dans cet espace, *sont des réconciliations qui peuvent avoir lieu à l'intérieur et à l'extérieur*. Dès lors on peut se demander comment les relations aux autres s'en trouvent affectées. Voici deux témoignages qui illustrent comment *une réconciliation* dans cet *espace imaginaire*, *symbolique*, *transitionnel*, peut engendrer une *réconciliation* intérieure et extérieure.

> *C'était une période où je recevais des attaques personnelles de mon ex-femme qui était très en colère. Et la demande était « comment réagir pour désactiver cette colère, pour que le dialogue soit de nouveau possible. Et je me suis retrouvé en fait dans la peau et les habits d'un guerrier primitif, préhistorique on pourrait dire. Peau de bêtes, dans la neige, dans une sorte de forêt, un peu avec des vallons, des collines, et des choses comme ça. Et je me suis retrouvé entouré d'animaux de pouvoir. Certains je les avais déjà rencontrés, je les connaissais déjà et d'autres qui étaient totalement inattendus et que je ne connaissais pas encore. Je me suis retrouvé à gravir une sorte de colline dans la neige. C'était une ascension assez difficile. Mais tout ce clan, parce qu'au fait on formait un clan, était sur le sentier de la guerre. C'est à dire qu'on était armé. Les animaux étaient prêts à en découdre, moi j'avais des armes, des arcs, des flèches, des lances, etc. un carquois dans le dos. Et je m'apprêtais à livrer combat. Donc j'allais en fait… je me rendais dans un village où j'allais livrer combat. Et quand je suis arrivé au sommet de cette colline. Je dominais ce village, c'était de nuit. Je voyais les lumières et à ce moment-là est apparu un aigle qui a survolé le village, qui est revenu dans ma direction. J'ai éprouvé le*

[50] Nous reviendrons au chapitre 2.8 sur l'importance d'un espace tiers, d'une figure tiers, dans ces pratiques qui invitent notamment à accueillir le paradoxe, les contradictions.

besoin de déposer toutes mes armes. C'est à dire qu'est venu en conscience, l'idée ou le sentiment… c'est ça, c'est pour ça qu'il n'y a pas seulement des images… le sentiment que la guerre n'était pas nécessaire, au contraire, pour pouvoir résoudre le conflit, je devais déposer les armes. Avec une idée… là c'était pas une image… mais… le meilleur guerrier c'est celui qui a ses armes prêtes mais qui sait ne pas les utiliser. L'épée est aiguisée mais on la laisse dans le fourreau. C'était un peu le message que j'ai reçu, de l'aigle justement, qui est en fait, qui a survolé la plaine avec le village, et qui est venu me faire une sorte de compte rendu, dépose les armes, pour être un bon guerrier, tu dois savoir te battre sans tes armes. Voilà. Voilà une image frappante. (…) Alors du coup dans mon quotidien, avec ce message, que j'essayais d'intégrer, de rendre concret au quotidien. Ben quand on avait un téléphone difficile où sa colère sortait. Plutôt que de répondre à sa colère ce qui aurait ben activé le combat j'essayais de trouver le moyen pour déposer les armes se remémore C2 alors que nous sommes confortablement installés dans l'arrière salle de son lieu de travail.

C'était une histoire compliquée avec un homme à l'époque… ça je l'ai pourtant travaillé en thérapie… et c'était difficile pour moi de trouver une solution et de m'en sortir… et là, j'ai fait une image dans le sable… effectivement avec… voilà un couple… un couple qui se touche, comme ça assez proche et autour il y avait de plumes orange, rouge, comme le feu… c'était très chargé comme ça, des couleurs… et puis j'ai fait cette image, et puis je me rappelle qu'avec ça, c'était aussi comme dénouer l'histoire… c'était une fois quelque chose… voilà d' accompli dans cette image… de très beau, de très harmonieux… et puis… et puis ça m'a comme donné voilà… comment dire… une liberté par rapport à la situation réelle… je me rappelle que après ça… il y avait plus du tout de question, je pouvais lâcher cette histoire… (…) je savais bien que ce n 'était pas une histoire qui pourrait avoir de l'avenir… voilà, je voulais la terminer mais c'était trop difficile, très difficile… et c'est cette image-là qui a en fait permis de pouvoir terminer et lâcher… me confie J2 alors que cette fois-ci nous sommes dans son bureau à Lausanne.

Typiquement par exemple, si on arrive avec des problèmes relationnels avec une personne… je lui demande… ou une personne qu'elle voit dans le rêve… je

> *lui propose de lui parler à cette personne… et de l'écouter… d'écouter ce que cette personne a à dire… et de lui dire ce qu'elle aurait toujours voulu dire à cette personne mais qu'elle ne peut pas le faire dans cette réalité-là. C'est juste un exemple. Mais comme ça elle termine… elle change quelque chose au niveau de cette relation, au niveau de leur âme, qui a une répercussion très nette en général dans la réalité ordinaire… après dans sa vie avec cette personne…* (C6)

L'autre risque, que l'on retrouve au cœur de nombreuses théories psychologiques mais qui ne fait pas l'unanimité des praticien.ne.s est en lien avec les hallucinations, les décompensations psychotiques. Ce qui est sous-jacents aux différents discours de mes interlocuteur/rice.s c'est que s'il n'existe pas d'espace tiers, contenant, sécurisant, le risque est que les images soient *superposées* aussi bien au « monde intérieur » de la personne qu'au « monde extérieur », la réalité quotidienne devient *mythologique*. Une expérience que me décrit une des praticiennes qui a vécu plusieurs « *bouffées délirantes* » :

> *En fait tu es consciente de tout ce que tu fais, mais tu interprètes la réalité à un autre… tu transposes la réalité en autre chose qui devient presque une mythologie personnelle… pour te donner un exemple… quand j'étais à l'île Dieu, qui est déjà une île entre deux mondes... Concrètement c'est… non seulement c'est deux mondes, la terre et la mer… mais c'est en plus je pense, vraiment des dimensions… un des portails qui s'ouvrent, là où il y a différentes dimensions qui se superposent… et moi dans toutes mes bouffées délirantes je me retrouvais dans des endroits où tout à coup on était dans le monde du passage entre les vivants et les morts. Et en fait… (…) c'était le jour de la vierge, je crois que c'était l'ascension de la Vierge… donc il y avait des cérémonies… sur la grève ou sur le port et puis… ben moi je suis montée sur un bateau, un des bateaux qui fait la traversée entre le continent et l'île… en étant persuadée que ce bateau faisait la traversée de la terre au ciel… enfin qu'il fallait accompagner un convoi d'âmes… dans son voyage… donc à la fois je savais pertinemment que la réalité restait celle qu'elle était… mais c'est une transposition de… ton esprit fait une transposition… qu'on appelle un délire même si dans mon cas je savais pertinemment que c'était une sorte de métaphore du réel* témoigne une de mes interlocutrice.s qui est venue me rendre visite aux Diablerets, où j'habite.

Une analyste jungienne me dit, sur un ton néanmoins un peu sceptique :

> *Alors oui on a entendu à l'Institut… il faut faire attention, on peut partir en psychose, en bouffée psychotique, voilà ! oui ! mais en même temps moi je fais confiance à la personne… et pis je fais confiance aussi au processus… je veux dire s'il n'y a pas de rêve, s'il y a une coupure avec l'inconscient où la personne n'amène pas de rêves… voilà, c'est comme ça… tant qu'il n'y a pas le matériel qui vient c'est qu'on doit travailler à un autre niveau…* (J3)

Pour H1,

> *Bien entendu que si je suis que dans le monde intermédiaire je suis dans la psychose ça c'est sûr… mais si je vais dans le monde intermédiaire alors que j'ai les pieds sur terre, je ne vais pas être psychotique pour autant… je peux faire un voyage dans l'autre monde sans être psychotique…* (H1)

Pour Mary Watkins (1986) que cite également Tanya Luhrmann[51] (2013 : 722), la différence entre les expériences imaginaires et les symptômes psychotiques doit être faite non pas sur la base de diagnostic psychiatrique mais sur la base de la qualité de relation à l'imaginaire. « Suggérer qu'une personne pourrait s'entretenir avec plusieurs figures et leur permettre plus d'autonomie conduit beaucoup de cliniciens à penser que c'est encourager l'hallucination, la dissociation, la fragmentation de la personnalité, une faiblesse dangereuse de l'ego » (Watkins, 1986 : 135 (ma traduction)). Alors que pour Watkins, « Ce qui est pathologique c'est la relation entretenue avec les figures imaginaires et non les figures imaginaires elles-mêmes » (Watkins, 1986 : 147-149 (ma traduction)). Il semble que « lorsqu'on prend la peine d'écouter la voix, qu'on crée un environnement favorable où la voix peut s'exprimer et qu'on n'essaye pas de la faire taire ou de la ramener à la réalité, lorsque la personne se relie activement à ses images intérieures, la nature contrôlante de ces processus psychiques autonomes est souvent adoucie est transformée » (Watkins, 1986 : 128 (ma traduction)). Un auteur schizophrène témoigne que « la guérison coïncide avec un changement dans la manière d'entendre et de comprendre les esprits et pas dans

[51] Ethnologue, professeure à l'Université de Stanford, connue pour ses études sur la manière dont la culture construit les expériences de types psychotiques et dissociatives.

leur disparition. Une liberté toujours plus grande qui comprend la capacité de désobéir à ses dieux, de s'affirmer fermement face à eux, de se différencier par rapport à leurs règles » (Watkins, 1986 : 150-151 (ma traduction).

2.4.5 La *Safe Place*, un *espace symbolique* et liminal

On comprend que dès lors, la démarche ne doit pas consister à privilégier « la réalité »[52] au monde imaginaire, mais d'offrir à la personne les moyens d'être en relation avec l'imaginaire tout en gardant *les pieds sur terre*. Permettre à la personne de s'affirmer, de se différencier, de dialoguer avec les figures imaginaires, dans un *environnement favorable*. Nous avons vu que l'une des fonctions du dispositif thérapeutique et d'offrir cet *environnement favorable*, ce *cadre* qui *ouvre un espace* qui peut *laisser circuler toutes les possibilités*, un espace que le/la patient.e peut progressivement s'approprier, et développer son *espace symbolique*, *transitionnel*, etc. Comme le notent les praticien.ne.s :

> *Transe et non transe c'est quand même assez défini. Comme on s'applique vraiment à pas rester entre deux…* (C7)

Et puis, relève C6,

> *Si vraiment il te manque un bout d'âme ben peut-être que c'est pas juste que ce soit toi qui aille le chercher, t'es peut-être pas en état aussi de faire tout… pis pas envie… parce que ça demande quand même du boulot pour la personne… ou si tu as trop de résistances aussi… donc des fois là un soin chamanique c'est bien…* (…) *pour moi dans le recouvrement d'âme… c'est d'aller voir ce qui a pu arriver dans l'âme de la personne pour qu'il y ait eu un éclatement à un certain moment… qu'elle se soit dispersée… de rassembler quelques morceaux pour redonner une entité…* (C6)

En hypnose et surtout dans l'apprentissage de l'autohypnose « construire » un espace clairement délimité et sécurisé est un exercice classique, voire même l'exercice de base. On nomme cet espace « safe place ». Tout comme, chaque *voyage* chamanique commence et se termine dans le même lieu, « construit » avant chaque *voyage* :

---

[52] Ce qui est la position psychanalytique classique. Nous verrons dans la partie analytique que la résolution psychanalytique du complexe d'Œdipe doit conduire l'enfant à renoncer au principe de plaisir régit par l'imaginaire pour accéder, par peur de la castration, au principe de réalité.

> *Alors ça c'est un terme typiquement hypnose la « safe place » et je dirai Le grand… Le grand passage obligé pour tous les apprentis d'hypnose… que ce soit en autohypnose pour une initiation à usage personnel au quotidien… s'ouvrir à ce que c'est l'autohypnose et comment je peux le vivre au quotidien… que ce soit pour un professionnel qui veut utiliser l'hypnose dans sa pratique professionnelle, la « safe place » c'est le passage obligé… pourquoi parce que, parce qu'il faut déjà apprendre à se mettre soi-même en « safe place »… parce que chacun veut déjà pouvoir être un peu « secure »… avant d'aller faire un voyage où on peut potentiellement rencontrer Dieu, Diable et l'univers… donc on se dit « tiens, il y a un endroit où je peux toujours retomber sur mes pattes même en transe… et surtout, surtout où je peux toujours ramener l'autre, au cas où il fait une mauvaise transe…* (…) *c'est un peu comme une plateforme où « ouf… » on peut toujours revenir… je peux toujours revenir, je peux toujours inviter l'autre à revenir… on peut se poser… et puis là il peut se passer des rencontres… qui peuvent être ma foi des fois surprenantes… mais je pense que l'espace n'est jamais altéré… en tous cas moi je n'ai jamais vécu la destruction de cette « safe place » ou une mise en danger majeure… donc elle est toujours disponible…* (H2)

> *Moi avant quoi que ce soit je fais toujours une « safe place »… pour ma sécurité, pour leur sécurité… pour qu'il y ait au moins un endroit* (H3)

> *Et finalement je termine mon voyage… je sors du puits, je m'assied contre la porte chaude de cette chapelle… et puis je vois un nouveau jour avec un soleil levant.. et puis je me dis « je vais rester là, je vais accompagner le soleil maintenant, tranquillement, depuis cet espace intérieur-là … Et puis j'étais très bien.. j'étais parfaitement bien… tout ému parce que j'avais vécu quelque chose de très fort…* (H1)

Il est intéressant de noter que cet espace varie peu. Pour la plupart des praticien.ne.s c'est presque toujours le même espace :

> *Disons que c'est toujours un peu la même chose la safe place… donc je vole… au-dessus d'une forêt… pis ensuite, bon, je pique dans la forêt. Pis je me retrouve toujours vers un arbre, un grand arbre. Pis c'est comme si cet arbre-*

> *là, c'est mes ressources quoi* exprime H3 la voix encore pleine des émotions surgies alors qu'elle me racontait l'importance de l'arbre dans son enfance.
>
> *Ca peut paraître simpliste et modeste mais c'est très bien parce que… oui alors moi j'ai une safe place depuis que j'ai commencé à faire de l'hypnose… qui m'a toujours plu et j'y retourne toujours… là oui en terme de ressources c'en est une… je dis « safe place » pouf, ça vient tout de suite… la clairière machin, la rivière, le transat où je peux m'asseoir, les arbres ni trop près, ni trop loin… enfin c'est une espèce d'organisation sensorielle de moi au monde, idéal de sécurité où il y a en même temps de la forêt mais pas trop… en même temps de l'espace mais pas trop… de la lumière mais aussi de l'ombre… de l'eau mais aussi de la terre… quelque chose de complètement équilibré pour moi… qui paraît simpliste et banal mais qui a toute sa valeur.* (H2)

Une praticienne qui pratique l'hypnose depuis plus de 40 ans, remarque qu'étonnamment elle n'a que deux *safe places*, plus une spécifiquement lorsqu'elle va chez le dentiste. Elle se retrouve alors chez les Inuits, avec le bruit de la fraise qui devient le vent du nord. Ses deux autres *safe places* sont les suivantes :

> *L'autre grande image qui m'était venue c'est un tableau. C'est un tableau que j'ai retrouvé encore l'autre jour. Je sais plus de qui il est. Ça doit être un de ces peintres anglais à l'époque Turner, où on voit un paysage grec un peu en haut et ça plonge sur la mer. C'est une vue plongeante sur la mer avec des buissons d'épines sur les côtés, il y a une très grande luminosité, la mer est toute bleue, le ciel est presque blanc. Et un de mes premiers « safe place » quand j'ai travaillé l'hypnose, c'était de me retrouver dans ce tableau-là. Il m'arrive encore aujourd'hui, quand je cherche une image tranquille, d'avoir accès à ça.* (H8)
>
> *Et une troisième image que j'adore et que j'ai plus vue depuis un petit moment, tiens…. C'est dans les montagne himalayennes, un coucher de soleil, c'est très beau, et puis il y a une sorte de pâturage de haute altitude avec curieusement une petite église romane, chrétienne, qui n'a rien à voir là-dedans, avec un vieux banc de pierre…* raconte H8, avant d'ajouter, pensive, que ça fait quelques temps que cette image-ci n'est plus apparue.

Ces *safe place* dans l'imaginaire, peuvent être réelles, imaginaires, visuelles, auditives :

> *Le « safe place » c'est la voix du thérapeute… « ma voix vous accompagnera » Erickson utilisait vraiment ça comme ça… (…) donc c'est une bonne impression… c'est relier le patient à une expérience positive… qu'elle soit visuelle, qu'elle soit sensorielle, qu'elle soit… voilà…* (H8)

Enfin, les *safe place* peuvent aussi être kinesthésique, par exemple lors d'une expérience d'autohypnose de préparation à la naissance :

> *C'est un très bon moyen de préparer la naissance, de travailler la mise au monde… (…) c'est-à-dire si j'ai un objectif du souffle et du bassin, l'espace qu'il y a dans le bassin qui est mon objectif secondaire… elle va remonter en disant « et ben c'était un espace de sécurité pour moi d'être dans mon bassin… » donc on peut dire « voilà, peut-être vous aurez deux espaces de sécurité, ce que vous m'avez raconter la dernière fois avec une plage c'est peut-être un peu plus général » et puis je peux associer les deux la fois suivante… « voyez comment sur cette plage ou chez vous vous pourrez vous retrouver dans cet espace peut-être plus profond de sécurité qu'est votre bassin…* (H2)

Les jungien.ne.s ne mentionnent pas d' « espace de sécurité» qui peut accueillir l'imaginal autre que l' « espace thérapeutique » ou le « bac à sable » dans le jeu de sable. Par contre, comme je le mentionnais plus haut, dans le « néo-chamanisme » il y a un lieu de repères pour le début ou la fin d'un *voyage* ou même des lieux comme repères lorsqu'ils *voyagent* dans la réalité « non-ordinaire ».

C8 me dit :

> *Alors par exemple, le monde d'en bas, au début c'était quelque chose un peu.. c'était un endroit de mon enfance.. qui est un endroit que je connais bien, où j'ai vécu plein de choses là-bas, qui est dans une forêt au bord d'une rivière.* (C8)

Alors que C3 relève :

> *Disons dans les 3 mondes j'ai des lieux assez fixes où je sais que je vais arriver… je passe et pis j'arrive à un endroit… et puis après selon où je passe j'ai d'autres lieux… (…) c'est vraiment une porte d'entrée… comme quand tu t'imagines ton endroit et puis le tunnel, où il va en haut, en bas ou là ou truc… ben c'est un peu une continuité de ça…*

Il mentionne aussi :

> *Il y a un lieu où il y a tous mes ancêtres par exemple…. où je vais… ça m'est arrivé encore pas plus tard que hier de parler avec mon père, de son père mon grand-père, ben je visualise ce lieu par exemple… je m'y réfère… c'est pas forcément public mais j'y reviens ou je me réfère à ça… il y a plusieurs choses auxquelles je reviens, il y a plusieurs lieux sur lesquels je viens quand… ouais est-ce que c'est dans le quotidien ? oui mais pas systématiquement… c'est comme des piliers qui sont là… si je dois penser… penser un truc… où m'imaginer… quand je pense à mes ancêtres, qui que ce soit de mes ancêtres il y a ce lieu qui vient… quand je suis dans la force de quelque chose… des fois plutôt que de faire le tambour truc, truc, truc,… ben je vais direct aller dans ce lieu… avec l'esprit et pis là je sais que je vais trouver un animal… c'est comme une portes d'entrée, c'est comme des passages… mes passages, mes portes elles vont être plutôt des lieux que des animaux… les animaux, ils vont, ils viennent quoi…* (C3)

Parfois les acteur/rice.s extériorisent dans la réalité « *ordinaire* » cet espace. Il peut être considéré dans le néo-chamanisme comme un *lieu de force* :

> *Et à cet endroit-là* (un endroit d'abord vu en rêve) *où il m'a griffé* (l'ours du rêve)*... et cet endroit-là* (l'endroit réel avec un rocher en forme d'ours que C3 a associé à l'endroit visualisé lors de son rêve) *c'est devenu depuis mon lieu de force… un endroit où je vais me régénérer où je vais méditer… c'est vraiment un lieu où c'est hyper important pour moi d'y aller régulièrement…* souligne C3 qui a besoin de s'échapper régulièrement du quotidien, de la vie familiale, pour séjourner quelques jours seul dans la nature.

Puis, mentionne H8, *à partir de là dans le « safe place » on fait un tas de travail… donc on va rencontrer la partie aidante, un animal peut-être, un arbre, un végétal, peut-être un bruit seulement, qui va servir à quelque chose « Dans ce tableau, quelle est votre force de vie ? Comment elle est ? »* (H8) Et c'est à ce travail, à ces rencontres que l'on va s'intéresser dans le chapitre suivant.

❊

Jusqu'ici nous avons vu que *l'attention aux perceptions* engendrait un autre type de relation à soi et à l'environnement, une relation non plus sujet-objet, mais une relation

réciproque, *dynamique*, qui *décloisonne, démembre*. L'*espace symbolique* y est conçu comme un espace liminal, entre le soi qui perçoit et ce qui est perçu, un *espace tiers* susceptible d'accueillir cette *dialectique* fondée sur les perceptions. Dans le prochain chapitre, nous verrons que cette dialectique ne se limite pas à deux pôles mais qu'elle permet à *toutes les possibilités de circuler librement*, aux *différentes facettes qui nous composent* – et qui ne sont plus *cristallisées* au sein d'une identité – de *dialoguer*.

2.5 *Accueillir le paradoxe, porter le conflit*

L'*espace symbolique* accueille et produit des images, il permet, selon les praticien.ne.s rencontré.e.s, d'accéder à une *polyphonie* qui nous habite – où que nous rencontrons[53] - de s'exprimer, de dialoguer. *Accueillir* cette *polyphonie* au lieu de chercher à *inhiber*, ignorer, *réprimer* ce qui est discordant par rapport à un point de vue, une *identité*, conduit presque inévitablement à *accueillir les conflits*, les *paradoxes* entre les différentes voix qui s'expriment. Pour plusieur.e.s de mes interlocuteur/rice.s, *porter ces conflits* plutôt que de chercher *l'intégration*, l'unité, est en soi thérapeutique. Cela permet de passer du *totalitarisme* à la démocratie. Dans ce processus, la nécessaire *humilité* du/de la thérapeute est encore mise en exergue. Le/la praticien.ne ne sait pas à l'avance quelles vont être les étapes du processus, quelle serait la bonne résolution. Son rôle est d'accompagner le processus, pour que le/la patient.e puisse adopter la même aptitude, sinon il/elle reproduit, à son insu la plupart du temps, une relation abusive et totalitaire.

2.5.1 Une *polyphonie* plutôt qu'une identité

Cet *espace psychoïde*, *symbolique*, *imaginaire*, *fabrique constamment des images*. On peut y *rencontrer* une *partie aidante*, un *animal*, un *végétal*, une *force de vie*, un *bruit*… Comme le relève C3, ce sont des *lieux fixes* qui accueillent des figures *humaines*, *animales*, *végétales*, des *esprits* :

> *Que ce soit des esprits à l'image humaine, que ce soit à l'image animale ou à l'image végétale… c'est des esprits qui sont souvent en mouvement dans des lieux fixes… et pis après une fois qu'on est ensemble… ou ça m'arrive après de*

[53] Puisque la question de savoir si les images, symboles, complexes, esprits, etc. sont des entités psychiques ou appartiennent à une réalité non ordinaire.

> *bouger… et les lieux bougent… mais c'est plutôt le lieu qui est fixe en fait, étonnamment… parce que mes points de repères c'est les lieux… bon les animaux aussi je les connais mais… quand j'arrive en haut, il y a un lieu que je connais qui est tout le temps-là, après il y a un autre lieu que je connais… après il y a deux-trois repères de lieux où je sais que je suis déjà passé… pis en bas c'est pareil, il y a là, après il y a un rivière, il y a ça, il y a truc, il y a une clairière… il y a des spots fixes qui sont un peu mes points de repères… et puis qu'il peut y avoir unetelle ou untelle énergie qui vient… il peut y avoir plusieurs animaux différents… j'ai vraiment l'impression que c'est le lieu qui…* (…) *c'est comme si les animaux… se déplaçaient, étaient mobiles… c'est comme si c'est une énergie qui bouge sur une énergie plus fixe… et du coup les images elles sont… c'est comme si je pouvais plus facilement me raccrocher à des lieux parce que c'est plus fixe… (…) il y a comme un côté plus… plus stable dans l'énergie, dans la vibration… l'animal il est dans l'ubiquité… alors que le lieu il y a quand même une forme de cartographie pour moi…* relève C3 qui, par ailleurs, est en train de retaper une petite cabane au milieu des bois. Une cabane dans laquelle j'ai eu l'occasion d'expérimenter des *voyages* lors d'une journée chamanique partagée.

Dans ces *lieux*, ces *espaces ouverts*, se déroule un processus créatif :

> *Donc il y avait les moments où il y avait par exemple, tous les animaux en voie d'extinction ou tous ceux… et tout ce qui a disparu déjà, il y a des millions d'années… ok, d'accord, alors il y a un prototype... et tout ça est temporel… donc là par exemple… t'as… je sais pas un nouveau virus…. C'est la zone où toutes les nouvelles choses qui vont apparaître dans le monde viennent de là… mais ça peut être une nouvelle conscience, une nouvelle idée… ça peut être un nouvel animal… un nouvel insecte… alors maintenant on a plutôt tendance à fabriquer autre chose qu'un nouvel animal… mais tout ça, ça se passe dans cette zone là…* mentionne C7 un sourire au coin des lèvres.

J'ai identifié dans le discours des acteur/rice.s, les conditions qui semblent favoriser ce processus créatif. Dans les pages qui suivent c'est à ces conditions que nous allons nous intéresser. Il s'agit dans un premier temps d'accueillir les différentes images, figures, esprits, notamment celles et ceux que l'on tendrait à spontanément éviter, ignorer ou rejeter, soit parce qu'elles/ils sont antagonistes, conflictuel.le.s, soit parce qu'elles/ils

provoquent de la peur, de la souffrance ou tout autres émotions négatives. Puis dans un deuxième temps de leur permettre de se rencontrer, de dialoguer. H1 me dit :

> *Aujourd'hui je crois qu'il n'y a pas un jour où je n'explique pas à quelqu'un « prends du recul, mets-toi le cul au nord, prend la posture du metteur en scène et regarde ce qui se joue sur scène, et surtout regarde ce que tu es en train de jouer sur scène. C'est devenu naturel de parler comme ça* (H1)

Pour J1, prendre cette posture du metteur en scène, notamment au travers du « théâtre de l'individuation » (Sheleen, 1986) *c'est un fantastique moyen de mettre en scène ce qui nous constitue… justement toute cette polyphonie* (…) *enfin ce fait de pouvoir faire dialoguer et faire coexister en soi des instances qui ne sont pas toujours d'accord* (J1).

Pour J7,

> *On est fait de plein d'énergies différentes… différentes selon les personnes et que l'on peut moduler selon les circonstances... parce que l'on a besoin de plus à un moment donné ou l'autre… qui sont parfois même opposées…* (J7)

H4 insiste lors d'une formation :

> *Je ne vous dis pas le nombre de personnes qui viennent me voir pour me dire « je suis vraiment nulle, chaque fois je me comporte de la même manière » que font-elles quand elles me disent ça ? Elles réduisent qui elles sont à un comportement parmi des millions. Elles sont douées de millions de comportements différents et elles s'identifient, elles s'associent à un seul comportement inadéquat parmi des millions. Elles se résument à ce seul comportement inadéquat.* (…)*. Je ne suis pas mes comportements. Je ne suis pas mes comportements. Un comportement c'est un parmi des millions. Ce n'est qu'un parmi des millions que j'ai foiré. Quelle tristesse de me résumer à un comportement foireux parmi des millions. Pourtant c'est ce que nous faisons le plus souvent. Parce que ça a une conséquence. Ce sont les conséquences qui sont importantes. Et j'insiste bien, ce qui nous intéresse, ce n'est pas les conséquences, mais comment ça fonctionne* (…)*. Et pour que je sois bien certain que vous comprenez l'idée et le principe, je vais prendre une sorte d'analogie : « ça c'est moi symboliquement »* (il dessine)*. « Et je suis composé de plusieurs parties »* (il subdivise le cercle)*. Je peux essayer de les nommer ces parties, même si c'est un peu réducteur de les nommer...* (…) *Si on ne va*

> *pas à la rencontre de ces parts de nous-mêmes on ne peut pas comprendre la bonne raison pour laquelle elles fonctionnent comme ça...* explique H5 encerclé par une vingtaine d'élèves confortablement assis sur des chaises rembourrées.

Il rajoute, alors que nous sommes toutes et tous pendu.e.s à ses lèvres :

> *Je pense même que ça peut être de l'ordre d'une certaine hygiène relationnelle avec soi, c'est de pouvoir accueillir et favoriser une forme de communication avec ces différentes parties de nous-mêmes et je pense que si l'on arrive à comme apaiser, pacifier les relations que nous entretenons entre ces différentes parties et surtout que les différentes parties de nous-mêmes entretiennent avec les autres. Car c'est une vraie petite société à l'intérieur. Il y a plein de monde à tous les étages. On s'envoie des messages, c'est formidable toute la vie qu'il y a à l'intérieur, toutes ces petites parties qui communiquent. Et si d'une certaine manière notre conscience, parce qu'on est vraiment dans l'idée que la conscience, peut pacifier et faciliter la communication entre ces parties, et bien c'est tout à fait bénéfique* (H4).

Selon H2, si l'on ne laisse pas cette pluralité s'exprimer, on tombe vite dans quelque chose de l'ordre du *totalitarisme*

> *Plus on restreint le réel en disant « ça c'est blanc, ça c'est noir nous on est blanc… » plus on est blanc, plus on est blanc, plus on est dans la destruction, plus on est dans la mort et l'atrocité qui est au-delà de tout… On peut faire ça dans n'importe quelle relation…* (H2)

2.5.2 *Accueillir* plutôt que d'*inhiber*

Dans l'optique de comprendre *les bonnes raisons* qui amènent certaines *parts de soi* à réagir d'une manière ou d'une autre, dans l'optique de *favoriser une forme de communication avec les différentes parties de nous-mêmes*, dans l'optique de *pacifier les relations que ces différentes parties de nous-mêmes entretiennent avec les autres*, il s'agit d'accueillir avec *bienveillance* les différents *comportements*, les différentes *énergies, que l'on peut moduler selon les circonstances.* Il s'agit de sortir d'une relation *totalitariste* avec soi-même. Pour J5 « sortir de cette relation *totalitariste* » nécessite *une très grande bienveillance ou bonté, un grand respect envers soi-même*. Or, dit-elle, *il y a des gens qui sont tellement dans la projection qu'ils n'arrivent pas à opérer ce*

retournement (J5). En effet, opérer ce retournement demande, selon les praticien.ne.s, du courage et de la confiance :

> *Dans le travail thérapeutique il faut pouvoir aller dans les zones d'ombres et les zones de peur, et que là ça va se retourner… mais il faut y aller… et c'est pas combattre la peur, éradiquer la peur, oublier la peur… c'est comprendre quel noyau de pouvoir il y a dans la peur…* souligne H8 après m'avoir fait part des ressources qui lui permettent d'accompagner certaines situations parfois dé-sécurisantes, notamment lorsqu'elle accompagne des personnes qui se préparent à mourir.

Les acteur/rices évoquent plusieurs raisons à la peur que suscite l'accueil des *différentes parties de nous-mê*mes, des diverses *énergies* et *comportements*, de cette *polyphonie*. D'une part, la rencontre de cette polyphonie fait peur parce qu'il s'agit d'accueillir des dimensions qui font réellement peur, telle que la souffrance, la colère. Des dimensions à la base d'émotions que l'on souhaite généralement éviter ou supprimer :

> *Les situations de détresses psychologiques ou existentielles tout simplement, la douleur, la peur, la maladie,… l'être humain, il fuit ces situations, c'est normal…* (H5)

> *C'est des énergies… comme chez ce patient ben c'est énormément d'énergie d'agressivité refoulées mais énorme…* me confie J3 alors que nous frissonnons toutes les deux lorsqu'elle évoque les détails de certaines rencontres avec ce patient.

D'autre part il s'agit d'accueillir des parties qui, très souvent, sont en conflits, qui génèrent des tensions :

> *Il y a des entités en moi-même qui sont sans arrêt en train de se bagarrer…* (H5)

Comme le relevait J1 et J7 plus haut, ce sont *des instances qui ne sont pas toujours d'accord* (J1). Les différentes énergies dont on est fait *sont parfois même opposées…* (J7). Et du moment où *quelque chose se crispe entre deux entités* (H5) ça crée de la souffrance (une émotion négative qu'on souhaite éviter). Le/la patient.e se trouve donc confronté.e à des conflits mais aussi face à des paradoxes :

> *C'est un monde extrêmement riche parce que c'est pas le monde du « ou… ou… » c'est le monde du « et… et… »…* me dit J1 en mimant les plateaux d'une balance avec ses mains.
>
> *Pour moi il y a toujours les deux aspects dans cet espace là… parce que ça n'exclut rien… si ça exclut en l'occurrence ni le temps linéaire, ni l'éternité… de nouveau j'ai conscience que c'est un bateau, mais sur le moment j'ai vraiment vécu ça…* (…) *si je me resitue dans cet espace symbolique… pour reprendre ce terme… je peux que vivre ce paradoxe qui me laisserait sans mot…* (H2)

Or généralement le cerveau tend à inhiber les contradictions, les paradoxes (McGilchrist, 2012 : 216), il s'en tient à la réalité la plus communément prise comme « allant de soi »[54]. Nous nous retrouvons dans la situation évoquée à la fin du chapitre 2.2, une situation déstabilisante car confuse au niveau des mots, du temps, de l'identité, et dans laquelle, nous le voyons, même « la réalité prise comme allant de soi » est ébranlée. Ce vécu nécessite ce que H6 s'est amusé à nommer, je l'ai déjà relevé, un « état de confiance modifié ».

J'ai déjà souligné au chapitre 2.3 que la confiance du thérapeute, au sein de la relation thérapeutique de type « guérisseur/se – blessé.e », permet peu à peu, au/à la patient.e d'acquérir cette confiance et *aller dans les zones d'ombres et les zones de peur*. La/le thérapeute, en tant que garant du cadre, du processus, permet au/à la patient.e d'accueillir ce qui fait peur, ce que l'être humain tend à fuir :

> *Enfin des manifestations comme ça énergétiques de complexes très fortes… tout à coup quand ça se passe… c'est « ok qu'est-ce qui se passe là ? Il y a une intrusion, il y a quelque chose… » Pis il faut contenir, avec la conscience. En prendre conscience c'est la seule chose que je peux faire. Pis petit à petit c'est des énergies… comme chez ce patient ben c'est énormément d'énergie d'agressivité refoulée mais énorme… maintenant ça commence à se métaboliser… il arrive à exprimer son agressivité… aussi dans le corps… mais… ça fait… c'est celui que je vois depuis deux ans et demi… c'est long, long, long, long, quoi… mais aussi dans le contre-transfert…* (J3)

---

[54] C'est en référence à l'ouvrage de Berger et Luckmann, *La Construction sociale de la réalité* (2006) que j'emploie l'expression « la réalité prise comme allant de soi »

Un des praticiens d'hypnose me parle de son expérience chez les « *grands brûlés* »

> *L'hypnose c'est pas d'avoir un effet sédatif sur le patient. L'hypnose c'est de dire « ok, on va le faire ensemble… on va le faire ensemble… et c'est vous qui allez vous soigner… c'est vous qui allez participer, au pansement, la douche… donc il est… on l'amène à rester très conscient, non seulement conscient mais actif… et c'est très, très, différent comme démarche. On ne rentre pas dans une espèce de pouvoir abstrait sur quelqu'un d'autre, on arrive dans le fait de créer les conditions nécessaires à ce qu'un être humain puisse humaniser cette expérience inhumaine qu'il est en train de vivre.* (…) *les soignants ils n'ont pas l'habitude d'accompagner quelqu'un. Ils ont les outils : Si quelqu'un a mal et bien je vais donner un médicament et puis ça va se calmer. Mais de rester avec quelqu'un dans cette expérience… qui est vraiment un « no mans land… » une personne qui est prise dans cet univers-là, elle se retrouve seule. Elle est seule dans cette douleur, dans cette détresse. Et de créer un lien humain dans cette détresse, ça humanise. On n'est plus dans quelque chose d'aliénant. On est dans une expérience qui est humaine. Rien que cet effet-là est terriblement rassurant. Et c'est difficilement croyable, mais si on regarde les témoignages chez les grands brûlés, ils sont prêts à recommencer. Si on lit les témoignages, il y a quelques livres qui ont été écrit par des grands brûlés. Les témoignages classiques, quand ils ont les douches enfin sous anesthésie tout ça, c'est vraiment la torture. C'est la description de la chambre de torture. La baignoire dans laquelle on fait les soins c'est décrit comme… c'est vraiment la séance de torture. C'est atroce. Pis vous mettez en parallèle les témoignages des patients qui ont fait l'expérience avec l'hypnose… alors pour certain ça ne marche pas mais ça dépend toujours de l'implication de la personne… c'est totalement différent. Ils ont une sorte de sérénité par rapport à cela qui est tout à fait surprenante. Mais parce qu'ils ont été dans le processus… c'est un processus curatif ils ont été impliqués dedans, c'est une expérience qu'ils ont faite… et ça c'est quelque chose d'extraordinaire. Mais ça implique de faire confiance… non pas dans une force… à l'époque on pensait au magnétisme ou des choses comme ça… c'est pas une force qui agit… c'est vraiment faire confiance en la personne… et de l'accompagner là-dedans, et ça c'est vraiment quelque chose*

> *de très, très, fort. Et ça c'est de cette dimension qui est… qui est si importante…* (H5)

Accompagner le/la patient.e dans un « *no man's land* », *faire confiance*, oser *rester avec la personne dans une expérience* parfois de l'ordre de l'*inhumain*, contenir la *douleur*, l'*agressivité*, la *détresse*, permet au/à la patient.e d'oser accueillir, *prendre conscience* de ce qui lui fait peur, d'aller dans les *zones d'ombre*. Selon les praticien.ne.s, cette expérience, qui *humanise*, qui permet de sortir de l'*aliénation*, favorise en soi le *processus curatif*. Parfois cela peut même suffire à ce que *cela se fasse,* se transforme. Pour J1, *des fois déjà rien que de maintenir fermement ce « et… et …»… parce que c'est un lieu de liberté le « et … et… ».. le conscient il est pas du tout là-dedans… donc assez rapidement… les choses…* (J1) vont se transformer. On retrouve ce positionnement paradoxal de, à la fois, *aller dans les zones de peur*, en conscience, et à la fois, *ne rien faire*. H2 parle de « *tenir l'abandon* » :

> *Donc ça devient une puissance incroyable dans la polarité de ne rien faire… oui parce que comme on est toujours dans la polarité, le plus grand rien faire, va être la plus grande puissance en l'occurrence… donc il y a un investissement… donc c'est pas pour rien que je vais choisir comme objectif de transe dans l'abandon… de tenir cet abandon… de l'investir… et puis chacune va utiliser des images…* (H2)

En effet, il semble que « ne rien faire », « tenir cet abandon » c'est paradoxalement laisser faire les « images », laisser agir les figures, les énergies, humaines, animales, végétales, les *esprits* pour que *ça se transforme*. Laisser le *Moi*, une figure parmi les autres, dialoguer avec les parts hostiles, laisser les énergies conflictuelles échanger, laisser les images réprimées s'exprimer.

2.5.3 Du *monothéisme* au *polythéisme* de l'*âme*

Pour Hillman, « De nos jours, (…) la psyché se retrouve privée de toutes les personnes sauf le moi, le contrôleur, qui devient le surmoi. Nulle vision, nulle image, nul sentiment spontané ne peuvent être indépendants de ce moi unifié. Tout événement psychique devient « mien ». « Connais-toi toi-même » devient « connais le moi ». Cependant ce que Philémon a enseigné à Jung, c'est qu'il y a des choses dans la psyché qui ne sont pas plus « miennes » que « des animaux dans la forêt… ou

des oiseaux dans les airs ». (…) Ayant été refoulées, les images qui auraient pu enseigner au moi ses limites, comme Philémon à Jung, ne reviennent que sous la forme d'illusions archétypiques au milieu de la conscience subjective elle-même. Le moi devient diabolique. Il est convaincu de sa propre puissance » (Hillman, 2005 : 122-123).

Dans cette citation, Hillman met lui aussi en exergue la nécessité de s'ouvrir à d'autres *parts*, *énergies*, que le *Moi*, mais il insiste sur un élément cher aux néo-chamanes[55], qui prennent leur distance par rapport aux explications trop « psychologisantes ». Pour eux, comme pour Hillman: *« il y a des choses dans la psyché qui ne sont pas plus « miennes » que « des animaux dans la forêt… ou des oiseaux dans les airs »* (Hillman, 2005 : 122-123). Si dans leur discours les praticien.ne.s d'hypnose et les analystes jungien.ne.s recourent plus facilement que les « néo-chamanes » aux concepts d' « intériorité », de « parties de soi », de « projections », il s'avère, et nous le verrons en détail au chapitre 2.9, notamment lorsque ils/elles abordent la notion d' « *inconscient collectif* », que les frontières entre ce qui est « *intérieur* » ou « *extérieur* », entre ce qui est « *parties de soi* », « *complexes* », « *projections* », « *archétypes* », « *symboles* », « *divinités* » ou « *esprits* », ne sont pas si claires. L'ambiguïté que l'on trouve dans le discours des praticien.ne.s d'hypnose et les analystes jungien.ne.s semble induites par la pensée judéo-chrétienne qui fonde notre culture. A ce propos Mary Watkins, souligne le risque « monothéiste », que Hillman reproche à Jung, de vouloir accueillir la pluralité d'instances, entités, énergies, etc. considérées comme des *projections*, pour ensuite chercher à les « réintégrer ».

Selon Mary Watkins, « Si on approche les figures imaginaires comme une projection résultant d'un refus défensif de reconnaître certaines qualités, sentiments ou rêves, alors la thérapie va vers un processus de réclamation où l'ego essaye de reconnaître, affirmer, assimiler, le fragment psychique qui est apparu sous une forme personnifiée. On élargit l'ego en absorbant et dépersonnalisant une grande qualité de figure » (Watkins, 1986 : 104 (ma traduction)). C'est pourquoi Hillman va proposer un modèle polythéiste, en réaction au modèle monothéiste. D'après Cyrille Champagne, *Hillman*

---

[55] J'ai déjà mentionné une prise de distance des néo-chamanes, au chapitre précédent, par rapport au concept de « projection », aux notions d'intériorité et d'extériorité, c'est la même dimension qui est questionnée ici et sur laquelle nous reviendrons au chapitre 2.9.

propose une revalorisation des polythéismes grecs, du polythéisme romain, des panthéons des différentes mythologie et du retour du polythéisme dans les représentations à la renaissance. Alors qu'est-ce que c'est ces dieux dont il nous parle Hillman ? Pour lui ces dieux sont reconnaissables au fait que ce sont des personnes. Ce ne sont pas des archétypes, ce ne sont pas des fonctions cognitives, mais il ne s'agit pas non plus de religion. Il s'agit d'un modèle polycentrique, comprenant *des modes d'existence psychologique, des façons d'être, des façons d'être en relation avec le monde , des modes d'existence psychique.* Selon Cyrille Champagne toujours, *Gilbert Durand propose l'idée que les Dieux, les héros, les figures des panthéons des diverses cultures sont de véritables réalités de l'âme*.

A ce sujet, H2, mentionne, comment dans notre culture, enfant, elle *dialoguait* avec les *Saints catholiques*, puis adultes, au travers de *lectures,* elle a appris à se mettre en *dialogue* avec *une multitude de petites déités* :

> *Les chrétiens ils ont trouvé moyen de mettre du polythéisme en mettant une multitude de Saints… les catholiques et en réintroduisant la sainte vierge… et s'adresse plutôt, donc on a des prières, voilà… mais après comme adulte, ça c'est lointain ça pour moi… ça s'est arrêté assez vite… ça s'est transformé assez vite…* (…) *l'articulation plus fine du dialogue… je le vis…. Je l'ai vécu plus à travers quelque chose de l'ordre des mythes et des histoires et des contes…* (…) *par exemple la déesse… la petite déesse qu'elle décrit dans « Femme qui court avec les loups »… bon déjà elle utilise l'image du loup à travers tout son livre, pour être en dialogue avec cet archétype du féminin sauvage… bon ça c'est le livre… mais à l'intérieur de ce livre… où je trouve que oui elle m'a appris à me mettre en dialogue… elle m'a appris dans ces images que j'ai lues en étant dans cet état d'esprit d'autohypnose mais en lecture… c'est comme entrer en dialogue et comprendre que je peux le faire en me mettant face à une multitude de petites déités…* (…) *il s'agit bien d'entrer en dialogue avec toutes ces… entités, ces archétypes ou ces déités là…* (H2)

J7 de son côté me fait part de la pluralité de figures animales dans le mandala astrologiques. Du lien avec le fait d'accueillir la pluralité lorsqu'on fait son thème astral par exemple.

Après avoir souligné mes interlocuteur/rice.s envisagent les cultures en lien avec le « néo-chamanisme », des cultures antiques, polythéistes, la culture catholique, les contes, les mythes, les histoires, à travers la prière[56], la lecture, l'astrologie, comme favorisant le dialogue avec des entités, déités, archétypes, multiples et plurielles, revenons plus précisément au processus créatif que favorise les pratique étudiées.

2.5.4 Du *totalitarisme* à la démocratie psychique

Dans les pages qui suivent, nous allons voir comment, le/la patient.e, dans cette position paradoxale de « *ne rien faire* », apprend, par le biais de la relation thérapeutique de type « *guérisseur/se-blessé.e* » à *dialoguer* avec les multiples figures et à les laisser dialoguer et collaborer entre elles, à laisser la pluralité, une *polyphonie*, coexister.

Pour J4 le thérapeute montre le chemin par un *travail en miroir*. De même, pour H2 :

> *Le fond du pot c'est la relation… donc… si je suis capable d'être en relation le mieux possible… avec mes plus, mes moins, mes aveuglément* (…) *donc c'est la relation que j'ai moi-même à cet état d'hypnose que j'appelle autohypnose… et c'est d'être dans un monde symbolique je pourrais dire… ou plutôt le vécu de la relation au monde, donc à moi et à l'autre…. C'est ça l'état de conscience modifié… donc il n'y a rien qui marche, si moi j'y vais pas souvent dans cet état, si je ne sais pas y aller juste avant… il y a rien qui agit…* (H2)

H1 explique,

> *On offre un champ dans lequel des choses se passent et puis les gens par résonnance se mettent avec ou pas… mais il faut qu'ils aient le choix de se mettre avec ou pas* (H1)

Plusieur.e.s praticien.ne.s rencontré.e.s considèrent que le *Moi* est dans une relation *totalitaire* lorsqu'il ne laisse pas les « voix » antagonistes, contradictoires, effrayantes, douloureuses, ou simplement différentes s'exprimer. Dès lors, ils/elles attachent une grande importance à accueillir respectueusement toutes les figures exprimées par le/la patient.e.

---

[56] Voir à ce sujet l'article très intéressant de Tania Luhrmann sur la prière chez les évangéliques. Elle décrit un processus très similaire à celui qui émerge dans cette recherche. Soit 1) attention aux perceptions, 2) intention positive 3) dialogue en lien avec les perceptions 4) intervention d'un tiers (Luhrmann, 2013).

> *On peut faire ça dans n'importe quelle relation… on peut tomber dans le totalitarisme…* (H2)

> *Au début le chamane il a plutôt à dire tout… et son premier intérêt c'est plutôt de savoir est-ce qu'il avait raison… est-ce que ses visions étaient juste… et il faut dépasser ce stade… et là ça devient… 'fin voilà… la ça devient plus magique et moins spectaculaire surement et plus profond je pense… et bien sûr c'est fascinant… je trouve ça formidable, mais pas parce que moi j'ai ces capacités… moi je fais rien… tu vois bien… vraiment rien… et ça il faut dépasser sinon… c'est une relation de pouvoir, de vouloir avoir raison… de vouloir…* me dit C6 dont le ton de la voix contient les années d'expériences à accompagner des futurs « néo-chamanes ».

> *Avec le temps ce qui apparaît clairement, c'est que personne n'a de réel pouvoir sur autrui. Donc c'est pas là-dedans que ça se passe. C'est pas sur le fait d'agir comme ça sur quelqu'un* (…) *c'est pas ça c'est de créer le contexte qui permet à une personne de faire quelque chose. C'est très différent…* (H5)

Ainsi il ne s'agit pas de capacités « extraordinaires » , de techniques « magiques », de jeux d'influence, il s'agit seulement *de créer le contexte qui permet à une personne de faire quelque chose*, le *cadre qui ouvre l'espace, où toutes les possibilités peuvent circuler librement.*

J'avais souligné, en citant Roustang, au chapitre 3.3.7 que « *le thérapeute s'est dépouillé de ses savoirs et de ses jugements, son intelligence a été mise en suspens de même que sa volonté d'aboutir à quelque résultat. Il ne poursuit aucun but et n'a aucune intention »* (Roustang, 2008 : 63) pour s'ouvrir à la singularité de la personne rencontrée :

> *Présence, disponibilité, écoute… et d'être avec l'autre… de pas juste… pas d'imposer ses trucs… moi je ne sais pas ce que l'autre a besoin… lui seul le sait… puis même des fois il ne le sait pas et c'est dans cette transe là qu'il va découvrir ce dont il a vraiment besoin…* (H3)

> *C'est toujours le client qui fait le travail ou qui ne le fait pas, peu importe… il n'y a pas une prise de pouvoir sur la personne, c'est pas de la magie ni noire, ni blanche… c'est faciliter quelque chose, c'est lancer une énergie mais c'est pas prendre la main sur la vie* (C7)

> *Nous ici, à l'Arche, nous sommes très opposés aux approches en script… que nous pensons* (…) *On va plutôt soutenir des approches réceptives dans lesquelles on va voir une auto-transformation des contenus, des affects, des structures et des schèmes… et pour des approches actives sur lesquelles on ne va pas reprogrammer l'imaginal*[57]*, on ne va pas reprogrammer l'inconscient... mais on va interagir avec l'inconscient ou interagir avec l'imaginal, plutôt pour le questionner et en recevoir de l'information. Puisque le fait de se mettre en interaction avec génère son auto-transformation. Et on retrouve donc ce que nous avons dit au début : une imagination créatrice poïétique, auto-poïétique au sens où par elle-même elle génère du nouveau contenu. Noétique au sens où elle va générer des données intelligibles, elle va générer de la pensée et se mettre en lien avec de la mise en sens. Et herméneutique au sens où il va y avoir une compréhension nouvelle, un décryptage nouveau de ce qui était déjà connu…* (Cyrille Champagne[58])

En fait, mes interlocuteur/rices, se référant à Jung notamment, considèrent la relation thérapeute – patient.e en termes de « *position dialectique* » :

> *Ca c'est Jung qui parle de la position dialectique du thérapeute… ou lui il dit effectivement le... à contrario de Freud ou d'autres thérapeutes qui se situent en dehors du patient… Jung dit ben on est face à face… et au final, le thérapeute est autant transformé que le patient… donc c'est vraiment quelque chose qui se situe dans les deux sens… pourquoi, parce qu'il y a les personnes conscientes… donc le patient nous parle, on lui répond… il y a des choses qui se passent à ce niveau là… il y a aussi des choses où le thérapeute dans ce qu'il dit ça va toucher l'inconscient du patient et a contrario, ce que le patient évoque ce qu'il laisse émerger, peut-être à travers aussi les images, les jeux de sable, tout ce qu'il produit ça va aussi toucher l'inconscient du thérapeute mais en plus… donc c'est conscient, conscient, conscient inconscient et vice versa, mais il y*

---

[57] Imaginal, concept introduit par Henri Corbin, philosophe islamologue (qui fut le premier à traduire Heidegger) qui ici propose le terme « imaginal » lorsqu'il traduit la philosophie soufie perse d'Ibn Arabì. « Imaginal » permettrait de différencier « l'imagination créatrice » de l'imaginaire associé à la fantaisie. « L'imaginal » serait l'espace intermédiaire entre le monde du sensible et de l'intelligible, une réalité ontologique dans laquelle s'enracinerait l'imagination créatrice.

[58] https://www.youtube.com/watch?v=HZysV5CJGtQ&t=907s (consulté le 8 janvier 2019)

> *aussi cette strate justement plus profonde où il y a les deux inconscients qui communiquent ou qui peuvent communiquer…* me dit J4 alors que je me ressers d'un des biscuits qu'elle a disposé sur la petite table à côté de nous.

2.5.5 Relation *guérisseur/euse – blessé.e*

Considérer la relation en termes de relation « *dialectique* », au sein de laquelle le/la thérapeute est autant transformé.e que le/la patiente, implique une position humble. Une dialectique similaire à celle du/de la relation « *guérisseur/se – blessé.e* » où le/la « *guérisseur/se* » doit être en lien avec sa blessure, pour que le/la « *blessé.e* » puisse contacter son/sa guérisseur/se. Cette dialectique, cette humilité, semble être, une condition nécessaire à la transformation. Qu'il s'agisse, d'ailleurs, de la relation « *guérisseur/se – blessé.e* » au sein de la relation thérapeutique « *thérapeute – patient.e* » ou de la relation « *guérisseur/se – blessé.e* » dans *l'espace symbolique*, *transitionnel*, de la personne. J5 explicite :

> *Si la personne est en train de travailler son aspect intérieur sur le jeu de sable, moi je dois aussi travailler le mien si je veux qu'il se passe quelque chose… c'est pas du tout la même chose que si la personne faisait un jeu de sable toute seule et puis qu'après elle le prenait en photo et qu'elle disait, c'est super ce que j'ai fait, un beau jeu de sable… le fait que ce soit dans une relation thérapeutique, que je vive aussi quelque chose même si j'en dis pas grand-chose, est un transformateur…* mentionne J5 dans la pénombre qui s'est installée dans la pièce, à cette heure où les consultations sont terminées.

Ainsi dans cette relation de type « *guérisseur/se – blessé.e* », emprunte de respect et d'humilité, le/la thérapeute va *travailler en miroir.* Dès lors, notent les acteur/rice.s :

> *Comment je fais quand je sais plus quoi faire par exemple, ou quand j'ai peur… tellement la situation est grave par rapport à un patient… ou qu'il est là avec un cancer dont on sait que les pronostics ne sont pas bons et que la personne est comme ça… comment la reconnecter à elle-même et comment entamer ce processus d'accompagnement…alors là ouais… j'ai mes indiens là autour…alors je mobilise effectivement mes propres auxiliaires pour aller dans le travail… mais ils ne vont pas me dire « il faut faire ça » J'ai un rapport plus informel avec eux… je ne me sens pas toute seule…* (H8)

> *Si je suis en difficulté dans une thérapie… je peux me placer dans une sorte de « safe place »… dans un lieu où je suis bien et en sécurité…* (…) *Et, je peux convoquer le tigre… ou invoquer le tigre… donc postuler qu'il est là.* (H8)

> *En tant que thérapeute vous devez être « safe », c'est ce que j'enseigne à tous mes élèves en hypnose et c'est ce que mes superviseurs m'ont toujours dit d'abord tu dois être « safe »… donc ma manière d'être « safe » pour moi c'est de me mettre en transe… évidemment comme je suis visuelle je vais me retrouver dans un paysage alors admettons le Perito Moreno* (H7)

> *Plus je suis confiant, plus ils seront confiants… plus moi je suis déjà en transe, plus ils entreront en transe… il y a cette synergie qui s'installe rapidement…* (H6)

Le fait que le/la thérapeute *se mette en transe*, se place dans une sorte de « *safe place* », puisse même, si besoin, convoquer un *animal allié* ou des *guides*, amène le/la patient.e, par un *travail en miroir*, à se sentir *confiant.e*, en *sécurité*. Et ce *travail en miroir* permet, dans un premier temps, au/à la patient.e de *refaire des ponts*, de *faire des liens* avec *l'espace symbolique*, *l'espace imaginaire*. En effet, constatent mes interlocuteur/rice.s, très souvent les patient.e.s

> *n'ont plus accès à ce monde intérieur symbolique, etc.… donc il faut retisser, il faut refaire des ponts… et ça, ça, se fait beaucoup dans le miroir…* (J4)

> *C'est essayer de créer un lien conscient entre la personne et le rêve, les images du rêve… mais dans un premier temps, pas forcément un lien de dialogue…* (J3)

Il y a donc l'idée de *refaire des ponts*, *créer des liens*, mais encore une fois, paradoxalement, de *créer une distance*, de se *dés-identifier* :

> *Quelqu'un qui se critique toujours énormément… mais ce « critique intérieur», c'est une « énergie inconsciente », un « complexe »… mais elle est identifiée avec… elle n'arrive pas à voir qu'il y a quelque chose en elle qui la critique… elle prend ce rôle de critique… donc il y a tout un travail à faire, au niveau de la conscience… pour qu'elle prenne conscience de ce qui agit en elle… et qui… tu vois… pis après il y a aussi… elle s'identifie aussi totalement avec la partie qui est… soumise à « ce critique »… et voilà, le travail de la conscience, c'est de pouvoir un bout se distancier et de voir ce qu'il se passe à l'intérieur, quels sont les conflits… et pis ça, ça, prend du temps* (…) *pour essayer de créer ce*

> *« pont » et cette distance… et je vois que des fois « ça prend », « il y a une pièce qui tombe… » et puis des fois « ça prend pas »… et… parce que le but après, c'est le dialogue avec les énergies inconscientes… ça serait le dialogue ou en tous cas la distanciation d'avec ce « critique intérieur »… là où on a un « complexe paternel négatif »… et puis petit à petit de se démarquer, de se dés-identifier… et c'est ce qui permet de ne plus être sous le joug de « ce critique »... de récupérer de l'énergie…* (J3)

> *Comment elle « manage » quand elle est dans une situation et puis qu'elle a ce critique intérieur qui vient très fort… et pis qu'elle est de nouveau en prise avec le « complexe » ?… est-ce qu'elle arrive à être consciente… du conflit qui se joue* questionne J3 en mimant le critiques intérieur avec sa main gauche.

Dans un deuxième temps, il s'agit non seulement de renforcer ces *liens* et la distance avec les contenus de *l'espace symbolique*, mais aussi de leur donner de la valeur :

> *C'était souvent, pendant toutes ces années… moi en tant que thérapeute qui faisait des liens… quand elle apportait un rêve, puis elle dévalorisait beaucoup le rêve « mais c'est rien, c'est de la bêtise… » mais c'est juste une image,…* (J6)

> *Je lui ai montré que j'étais impressionnée par le rêve… mais voilà, lui il était « ouais, ouais, ouais… »* (J3)

J7, m'explique qu'il donne *de l'importance, parce qu'il y a des gens qui ont tendance à passer dessus… « non mais attendez, c'était quoi exactement là ? Vous étiez où ? Il y avait qui ? Parce qu'on sent que c'est comme de la perte de temps pour eux, pour certaines personnes…* (J7)

Et comme généralement, le/la patient.e accorde peu de valeur au « monde » *symbolique*, dans cet *espace imaginaire*, c'est le/la thérapeute qui *dialogue* avec le contenu de cet *espace*. J3 me donne l'exemple d'un patient :

> *Lui-même n'avait pas conscience que c'était un grand rêve… donc t'as le rêve… toi tu dialogues avec le rêve et tu peux sentir ce que le rêve… je parle plutôt des rêves archétypaux, pas les rêves personnels(…), tu dialogues avec le rêve, le rêve te parle il y a quelque chose, t'es connectée parce que c'est collectif, mais l'autre en face pas…* relève J3 dans une attitude un peu désapointée.

J4 elle relève *qu'avec les patients… cette vie symbolique, il y en a chez qui* (notamment les enfants) *je ne vais jamais… je vais la voir… je vais moi me faire le « tilt » pour eux* (mais pas eux) (J4)

H6 m'expose une situation dans laquelle il est amené à dialoguer avec une des *parties* de la personne. Il rend visite à une patiente psychotique, hospitalisée, qui prétend qu'il fait partie de la coalition du diable. Il lui dit :

> *Catherine je sais ce que vous pensez (…) vous pouvez me dire que je fais partie de la coalition, c'est votre histoire, moi je m'adresse à la partie saine qui est en vous, parce que je sais que vous l'avez, je sais comment vous m'avez reçu, je sais… » j'ai argumenté… « il y a une partie saine chez vous et c'est à elle que je cause… » « oui » alors tu vois, là il y a déjà une émotion qui passe… je valide… pis tout d'un coup elle repart dans sa folie.. « vous faites partie du diable… » et tout ça.. elle part dans des émotions pas possibles, je la raccompagne… enfin je lui dis « Allez voir là, il y a quelque chose de sain» »* me raconte H6 avec de la tendresse dans la voix.

Par rapport aux pratiques « néo-chamaniques », C7 me fait part de ses dialogues avec *l'âme* des patient.e.s :

> *J'adore parce que je trouve que c'est vraiment subtil le travail avec l'âme… et puis chaque fois c'est différent… lui proposer de revenir… des fois l'âme elle est tout de suite là et elle attend que ça… pis des fois il faut discuter, il faut négocier… il faut y aller en douceur*… raconte C7 les yeux qui brillent.

Et puis, dans le processus thérapeutique, plus ou moins rapidement selon les personnes, les thérapeute.s enseignent aux patient.e.s comment entrer eux-mêmes en relation avec leur *âme*, des *parties saines* et moins saines, refoulées ou effrayantes, etc. Ainsi H7 me parle d'une patiente qui *s'énervait parce que tout le monde disait* (…) *« Faut faire avec ». Ca l'énervait : « comment je fais avec ça ? » Ben on va explorer ensemble à quoi ressemble sa névralgie… mais avec des termes qui sont des termes, comme je vous ai dit tout à l'heure… qui sont plutôt, « explorez avec vos cinq sens, explorez en fonction de… voilà… à quoi c'est utile ? » mais en transe »* (H7)

Le/la thérapeute et le/la patient.e explorent ensemble, avec les cinq sens, comme détaillé dans le chapitre 2.1. Et cette *exploration* commune, comme le relevait un des

praticien d'hypnose dans son travail avec les grand brûlés, est déjà *curative*. Elle permet de *sortir de l'aliénation*[59], ce que les patient.e.s apprécient :

> *Et puis aussi ce qu'elle a aimé, c'est qu'on est allé dans la douleur, on ne l'a pas évité… et puis ça elle a beaucoup aimé* relate H3 à propos d'une patiente en fin de vie, après de nombreuses récidives d'un cancer contre lequel elle se bat depuis plus de dix ans.

Par rapport à une sensations, une émotion, J2 explique :

> *Je peux poser la question mais… « quand vous avez cette sensation là… qu'est-ce qui ferait du bien à cette partie de vous qui sent ça… qu'est-ce qui lui ferait du bien ? » Et là il y a une image qui vient… donc là je trouve c'est le passage au symbolique…* (J2)

H7, accorde de l'importance au système familial, elle propose parfois un dialogue imaginaire, une rencontre entre le/la patient.e et certains membres de sa famille.

Dans les pratiques néo-chamaniques il est fréquent de dialoguer avec des ancêtres, des esprits. Par exemple avec les *esprits des lieux* :

> *On va en partie travailler avec les esprits des lieux. Pas que mais aussi… et donc les esprits des lieux, ils sont forcément… apparentés, ils ont des formes, des sons qu'ils empruntent à leur… 'fin qui correspondent à leur milieu* (C1)

J5, valorise aussi un dialogue avec les *esprits des morts* au sein de sa thérapeutique jungienne :

> *J'en sais rien moi où sont les esprits des morts, j'en sais rien du tout mais... mais je constate que dialoguer avec est bénéfique pour pas mal de personne…* (J5)

Mais plus classiquement, en thérapie jungienne *l'imagination active* se développe généralement au travers de *dialogues* avec les figures apparues dans les rêves. Dans son cabinet genevois, J8 me rapporte la situation d'une patiente qu'elle a accompagnée :

---

[59] Comme je l'ai déjà mentionné nous reviendrons dans la partie analytique sur cette notion d'aliénation, notamment lorsque nous aborderons la théorie de la résonance d'Hartmut Rosa. Je relève ici que s'il est plutôt question de « *sortir de l'aliénation* » grâce à la relation thérapeutique « patient.e – thérapeute » dans les exemples cités, il me paraît possible de dire que cette ré-humanisation (*sortir de l'aliénation*) est aussi valable dans le processus symbolique consistant à accueillir la pluralité des figures.

> *Elle était musulmane mais elle était très… moderne… elle buvait de l'alcool, elle avait des copains, elle vivait avec un iranien qui était beaucoup plus religieux qu'elle et puis elle avait des rêves où c'était une femme qui venait qui avait… une espèce de Burqa, habillée en noir, qui se transformait en énorme serpent… et qui voulait l'étouffer… et c'est quelque chose qui la terrorisait… et elle arrivait pas… c'était une des choses qui l'a poussée au suicide… entre temps elle était très malheureuse avec son ami… elle se sentait étouffée par lui parce qu'il était très jaloux… elle était désespérée parce que elle ne se sentait pas capable de rentrer en Éthiopie parce que ça lui faisait tellement mal de voir d'où avait disparu son père et le fait qu'elle avait rien pu faire… mais elle avait laissé un frère plus jeune là-bas et elle voulait tellement aller le voir… donc… je la mettais dans un état de relaxation et puis elle allait parler avec cette femme… qu'elle soit un serpent ou pas… donc elle venait souvent avec des rêves et puis après on essaye de retourner dans les rêves… et de voir ce qu'elle voulait… et il y avait souvent… on avait trouvé qu'il y avait souvent une présence masculine qui veillait sur elle… et petit à petit ça devenait de moins en moins affolant… et un jour elle a fait un rêve… elle est venue avec un rêve où elle avait rencontré son père… qu'est-ce qui s'est passé ? Je ne me souviens pas exactement… mais en tous cas il y avait un taureau et le taureau a tué cette femme serpent et puis son père est venu et lui a donné un porte-monnaie qui était fait de la peau du serpent femme et du taureau… c'était un mélange des deux… et puis… elle allait beaucoup mieux…* (J8)

Entre autres choses, on voit dans ce témoignage que la relation avec l'espace symbolique, en relaxation, semble avoir des répercussions sur les rêves. Au gré de l'évolution du travail thérapeutique, avec l'habitude, les personnes apprennent à pratiquer avec elles-mêmes :

> *Petit à petit j'ai commencé à dialoguer avec cet homme très agressif… et petit à petit ça s'est transformé en quelque chose de plus doux je dirais… maintenant je n'ai plus de manifestations telles que celles-là* (J3)

> *Les images m'ont permis de m'affronter à des choses qui étaient des états émotionnels dans lesquels j'étais, des haines aussi que j'ai pu avoir… notre toubib à qui je croyais avoir pardonné d'avoir pas fait ce qu'il fallait quand il fallait avec notre fils* (qui est mort tout bébé) *était en danger… je peux te dire*

> *dans mes rapports à lui il y avait pas de problème… c'était des rapports très civilisés. Mais mes rapports* (en images/imagination (sur scène)) *avec lui c'était autre chose. Tu vois, de pouvoir sortir les émotions non exprimées et les, placer sur l'autel du sacrifice quelque part, ça les transforme (…) il fallait accepter de descendre complètement… et les images dans lesquelles tu t'exprimes, elles te permettent de le faire vraiment… parce que dans l'image tu fais vraiment les choses…* me raconte H1 dans un moment rempli d'émotions à l'évocation du souvenir de cet enfant décédé.

Les praticiens du néo-chamanismes, peu à peu nouent des relations avec des *guides* dans le « *monde d'en haut* », des *animaux* dans le « *monde d'en bas* », même si avec la pratique, relèvent certain.e.s, les frontières entre les mondes sont de moins en moins hermétiques :

> *Je travaille avec plusieurs animaux. Donc j'ai une panthère noire, elle est derrière moi, sur ma droite. J'ai un léopard qui est sur ma gauche. Et devant j'ai un vautour du Pérou. Qui est devant. Souvent quand je pars en voyage, je pars sur le dos du vautour* me décrit C8 en caressant son chien qui se tient tranquillement sous la table pendant tout l'entretien.

> *Alors étonnamment ce n'est peut-être pas le plus important* (le puma, *premier allié*)*, c'est le plus présent, c'est le plus proche, c'est le plus familier mais… Par la suite à travers toutes ces recherches, tous ces séminaires, toutes ces cérémonies, il y a d'autres animaux qui se sont présentés qui eux ne sont pas des alliés principaux par contre c'est toujours eux qui viennent dans une situation précise et ils viennent pour des pratiques précises comme par exemple… En chamanisme on parle d'extraction par exemple ce qui peut être assimilé à des exorcismes chez les chrétiens. Ben là quand j'ai fait des voyages pour recevoir l'enseignement de comment pratiquer une extraction d'autres animaux sont arrivés. Il y en a deux qui travaillent en couple d'ailleurs, qui étaient une chouette et un serpent, qui travaillent de concert.* (C2)

> *Mon animal principal ?... C'est absolument pas lui… non moi j'ai une ménagerie… A force d'en faire* (des expériences néo-chamaniques)… *tu as une ménagerie… je te parle de l'ours… pis chacun je peux te dire à quoi il me sert, dans quel cadre je l'utilise, ces deux-là… ils sont très précis dans ce ca- là,*

> *mais… j'ai un animal allié qui est pour mon âme… quand c'est un recouvrement d'âme ben je le vois… j'ai un animal allié pour la mort… quand c'est une histoire de mort… enfin, si je le vois, je sais que c'est une histoire de mort… une espèce de cafard pour les extractions… et tout ça c'est pas mon animal principal… j'en ai chaque fois… là dernièrement depuis une année, j'en vois un que je ne connais pas.. je sais pas qui c'est, je sais pas à quoi il sert, pis je l'ai croisé une ou deux fois… dans mes voyages… alors j'en sais rien… après… pour moi c'est des matérialisations de l'énergie, qui me parlent à moi à ce moment-là… et puis je le… mon animal allié qui est un aigle… des fois c'est un cygne, des fois c'est une poule, des fois c'est une autruche, des fois c'est… il se modifie en fonction… il joue quoi… il prend plein de posture quoi… donc c'est pas…* (C3)

> *Mais mon guide je l'ai vu hyper précisément hein… je l'ai… et puis il n'est pas toujours pareil… en général je le vois assez jeune… j'arrive pas à savoir si c'est un indien… c'est pas très important mais… je pense que c'est plutôt un indien Amérique du nord… mais des fois je le vois plus dans la jungle… plus un indien d'Amazonie ou comme ça… mais c'est vraiment un indigène d'Amérique du sud… ça c'est sûr… puis des fois je le vois plus âgé, plus jeune…* (C4)

Je relève dans les discours de mes interlocuteur/rice.s que non seulement ils nouent, à force de pratiquer, des liens avec des animaux toujours plus nombreux, que certains animaux ou guides peuvent même prendre différentes formes, mais je note aussi que chacun.e de ces animaux apparaît dans des *situation précises*, pour des *pratiques précises*.

❊

Ainsi la relation thérapeutique de type « *guérisseur/se-blessé.e* », le *travail en miroir*, permet au/à la patient.e à la fois de *refaire des ponts* et de *créer de la distance,* de favoriser la cohabitation et même *le dialogue* entre des figures paradoxales, d'accueillir la *polyphonie* plutôt que l'identité, de privilégier le *polythéisme* et la démocratie au monothéisme et au *totalitarisme*. Dans le prochain chapitre nous découvrirons cependant que certaines de ces figures, au sein de cette démocratie, de ce *polythéisme*, ont un rôle prépondérant, un rôle de *tiers*.

2.6 Le recours au *tiers*

Alors que nous avons identifié l'importance, pour les acteur/rice.s rencontré.e.s au sein des pratiques étudiées, de la relation *Je – Tu* dans la relation entre « ce qui est perçu » et « celui qui perçoit », de la liminalité, du double *positionnement psychique*, de la *dialectique*, de la *polyphonie* de l'identité, du *polythéisme de l'âme*, et de la démocratie de la psyché, il s'avère qu'au cœur de ces relations, dans cet *espace symbolique*, les praticien.ne.s invoquent du *tiers*[60].

En effet, pour les praticien.ne.s, s'il peut être relativement « facile », dans cet *état de confiance modifié*, grâce à *l'absorption dans le monde perceptif* de convoquer un lieu, un *espace*, les figures d'un *rêve*, des *animaux*, des *végétaux*, des *esprits*, il s'avère moins évident de permettre à ces lieux, à ces figures de s'animer, d'évoluer, de dialoguer.

Il semble que le recours à un *tiers*, facilite le processus :

> *Pour moi c'est important qu'il y ait des dimensions qu'on pourrait définir comme une forme de transcendance*[61] *… j'ai plein de ressource entre moi et moi et en même temps… je pense qu'on a aussi la nécessité d'être relié à quelque chose de plus grand…* (H4)

> *Pour moi la notion du tiers est très, très, importante…* (H8)

Dans ce chapitre, j'identifie les différentes formes que prennent ces *tiers* : l'intervention d'un *tiers* intérieur ou extérieur, la relation thérapeutique comme *tiers*, le *tiers* comme support à la relation thérapeutique - notamment les *symboles*, images, *métaphores*, enfin, le *tiers* comme *transcendance*, comme *troisième terme* à la volonté propre, indépendant des personnes en présence.

---

[60] À noter qu'au sein du « processus d'individuation » cher à Jung, il s'agit tout d'abord d'accueillir « l'ombre », soit les parts de soi que l'on préférerait ignorer ou supprimer, de favoriser le dialogue (polyphonie) avec les éléments de « l'ombre ». L'étape suivante consiste à développer plus spécifiquement avec un tiers, « l'anima » pour les hommes, « l'animus » pour les femmes (Jung, 2002).

[61] Jung, avant de parler d' « imagination active » employait le terme « fonction transcendante » (Jung, 2018 : 47)

2.6.1 Le *tiers* comme part de soi

Pour H8, *Erickson utilisait « inconscient » comme ça… par commodité… moi j'utilise « votre corps » ou « quelque chose de vous », « votre respiration le sait » ou « quelque chose le sait » donc j'ouvre à quelque chose qui n'est pas seulement intérieur, intrapsychique mais aussi extra-psychique… ça c'est la vision un peu de l'âme du monde en même temps… quand j'ai écrit l'article sur le processus métaphorique… c'est toucher son âme… l'âme ça, ça, parle à tout le monde… je connais personne qui dit « non, non l'âme n'existe pas… » je connais personne, surtout pas quand il y a une crise ou un deuil… et puis il y a la chose mystérieuse qu'on s'en remet à l'âme… cette notion un peu de Novalis et des romantiques allemands… l'âme du monde… c'est-à-dire nous sommes reliés à quelque chose dans nous et à l'extérieur de nous… et ça peut prendre les formes que ça veut, mais en tous cas ça c'est guérisseur… cette capacité à guérir, ou ça nous aide à mourir… donc c'est pas seulement, je dois guérir d'un cancer en phase terminale mais ça m'aide à mourir aussi…* (H8)

Pour H8 :

> *C'est un esprit l'inconscient… votre inconscient vous dit que… d'abord c'est dissociatif et puis ensuite c'est ni vous ni moi… le tiers ça peut être la respiration…* m'explique H8 avec sa voix d'enseignante.

La *respiration* en tant que tiers permet de « s'en remettre » à *une forme de transcendance* « non statique », qui « vit », qui « entre et qui sort » de la personne et qui ainsi offre un support pour *l'évolution*, *la transformation* d'une problématique, d'un *jeu* entre les protagonistes sur *la scène* de *l'espace symbolique* :

> *Parce que le problème c'est toujours cette histoire d'accepter de rentrer en transe… donc comment travailler de façon fine… le fait que la personne se lâche doucement dans cet état rêvant… alors par le biais de la respiration, qui amène vers un espace, qui peut être le « safe place »* (…) *on va utiliser la respiration sur le plan du mouvement de la respiration qui se fait tout seul, de manière automatique, de manière confortable, de manière totalement appropriée et après, à partir de là je peux broder sur des directions de travail… des directions qui ont été évoquées par le patient avant…* développe H8, cette fois-ci avec le ton de l'hypnothérapeute.

H8 dira par exemple :

> *C'est pas vous qui respirez, c'est la respiration qui le fait… et elle le fait de façon parfaite, tout à fait appropriée pour vous* (H8), toujours sur le ton de la transe.

Ou encore :

> *Vous, vous êtes assis sur la chaise vous faites rien du tout… et tandis que vous êtes en train de rien faire… la respiration respire, elle le fait très bien, elle est parfaite comme elle est, il n'y a rien à redire, elle trouve toujours son chemin…* (H8) alors que je ressens les premiers signes de la transe dans mon corps.

Plusieur.e.s praticien.ne.s d'hypnose se réfèrent à Teresa Roblès qui écrit :

« *Il m'arrive de parler de la respiration comme d'une compagne, qui est tout le temps avec nous.* (…) *«* (…) *observez comment votre respiration change là-dedans, automatiquement, ce qu'il y a à changer pour que les difficultés d'avant se transforment maintenant dans des formes nouvelles, différentes*…» (Robles, 2007 : 40-41) Elle explicite : « *Le fait de mettre la personne dans une position d'observateur et de laisser le changement aux mains de la respiration provoque une dissociation qui approfondit davantage la transe. De plus, on évite ainsi que le patient utilise sa volonté pour changer l'image de manière logique ou rationnelle comme si c'était une visualisation dirigée par lui-même, et cela permet au changement de se faire au niveau inconscient, automatiquement, tout comme le fait de respirer est automatique* » (2007 : 41)

Dans la même optique, toujours en référence à Teresa Roblès, mes interlocuteur/rice.s peuvent se référer à *la force de vie*, *la sagesse du corps*, *la partie sage* :

« *Pour Milton H. Erickson, notre esprit inconscient est comme une partie sage parce que, disait-il, y sont enregistrées toutes nos expériences de vie que sont les apprentissages que nous pouvons utiliser pour résoudre n'importe quelle difficulté que la vie nous présente.* » (Robles, 2009 : 15)

H8 illustre cette possibilité :

> Alors que la personne se trouve, dans *l'espace où elle est bien en sécurité tranquille, et dans cet espace elle peut être en présence avec sa force de vie…* (…) *« cette force de vie est reliée à quelque chose de beaucoup plus puissant, beaucoup plus grand que vous qui est la force de vie universelle, je sais pas*

> *comment elle est là pour vous dans ce tableau mais vous êtes reliée… » et elle raconte après des images très jolies de ce qu'elle a vu* (H8).

2.6.2 Un *tiers* extérieur à soi

C3, après m'avoir parlé des « *songs line* » des aborigène, me dit :

> *Ca m'a halluciné de découvrir ça après mes histoires de bouc… de dire « en fait c'est la même chose que je fais avec mon bouc… je chante le bouc et pis tout à coup ça me donne plus d'énergie, surtout en montée ou quand c'est en grosse descente… quand j'ai besoin… en plus j'ai mal aux genoux donc j'ai besoin d'une force et puis du coup… ça aide… mais c'est pas forcément une image visuelle… si tu veux je le connais, je le connais d'ailleurs…vu que c'est je pense que c'est le même qui est sur la peau de mon tambour… c'est son esprit…* explicite C3, après avoir partagé un fou rire lorsqu'il me racontait comment parfois après avoir été accompagné par le bouc dans ses ballades, il sentait le bouc.

C4 m'explique que lorsqu'elle prodigue un soin chamanique, elle fait appel à son guide et que

> *lui il soigne beaucoup en chantant… et quand le chant il monte… c'est beau parce que c'est quelque chose qui vient de mes tripes… je sens que ça monte de très profond… mais c'est comme si c'est pas moi qui chante… c'est… ça se fait tout seul… je réfléchis pas.. je suis pas en train de me dire… des fois au début c''est un peu hésitant… c'est comme si ça doit se modeler… c'est comme si je dois laisser venir… pis tout à coup ça vient et puis ça sort et c'est…* (C4)

Et puis bien sûr, il y a les *figures imaginales* et surtout le « travail » avec les *animaux* évoqués précédemment et sur lesquels nous reviendrons de manière détaillée dans le prochain chapitre. Parmi les *figures* que la personne, *dans la posture du metteur en scène*, observe « *jouer* », il y a généralement une *figure l'animal allié*, un *guide*, un *ancêtre*, qui intervient comme *tiers* :

> *Alors on appelle comme tu veux… ange ou.. je sais pas* (C8)
>
> *Il m'arrive de rencontrer un maître zen japonais que j'ai connu…* (H8)
>
> *Je dis « ben voilà, vous allez dans votre lieu de sécurité, etc. et puis là l'un de vos ancêtres va venir pour vous aider à faire votre travail… » je l'ai reçu*

> *comme ça et je trouve que c'est très bien que la personne ne le fasse pas avec ses petits bras musclés… je sais pas comment dire… surtout qu'en général il se sent faible… donc là « un de vos ancêtres va venir, et il va vous apporter l'outil pour le faire… » alors là il peut se passer des tonnes de trucs, une fois l'ancêtre lui a apporté un aspirateur… j'aurais jamais pensé qu'il apporterait un aspirateur… mais ça a été très efficace… dans la chose en question,…* (J5)

Mais la figure de l'animal est la forme la plus courante du tiers, en tous les cas dans le néo-chamanisme :

> (Le Puma) *C'est mon premier allier. C'est le premier animal de pouvoir que j'ai rencontré qui a accepté de devenir mon allié. Il est toujours présent. A chaque voyage il est présent. Il est pas forcément proche mais il est toujours dans le coin. S'il a besoin d'intervenir il vient, sinon il laisse d'autres agir. Mais c'est lui ma référence à quelque part. C'est lui ma référence. Et quand j'ai besoin d'aller dans le monde de l'invisible c'est mon véhicule. Le tambour c'est ce qu'il y a dans le mon réel, ordinaire. Le son du tambour te permet de te mettre dans un état de conscience et l'image du puma arrive. Voilà. Et puis après il se passe quelque chose. Soit le puma me guide vers quelque chose ou un autre animal. Soit autre chose. Mais le puma est toujours présent.* (C2)

Pour J7 cela peut aussi être une *énergie*. Qu'il s'agisse de *la respiration*, de *la force de vie*, de *la sagesse du corps*, *la partie sage*, du *son du tambour*, d'un *chant*, d'une figure de *l'espace symbolique* ou d'une *énergie*, on est chaque fois en présence d'une présence « immatérielle ». Mais les praticien.ne.s peuvent aussi proposer aux patient.e.s d'observer des objets, leurs *mains* qui savent toute seules :

> *Ça je dis aussi toujours… « laisser faire les mains »… « les mains savent toutes seules ce qu'elles ont envie de faire… » donc ça aussi on va au niveau du toucher… de l'envie et de… de tout seul… ce qui se passe tout seul… et ça baisse vraiment… cette… cette conscience quotidienne vers quelque chose de beaucoup plus spontané, imaginaire, associatif…* (J2)

> *Je leur demande d'imaginer avec leurs mains, de laisser aller leurs mains, de ne pas trop focaliser sur les figurines*, m'explique J5 en faisant mime de caresser le sable du bout de ses doigts.

A propos d'une bille que la personne a dans les mains :

> *Et cette bille… peut-être qu'elle te regarde un peu ou toi tu regardes la bille… il y a une relation qui s'installe avec cette bille… qu'est-ce qu'elle a envie de te dire cette bille ou qu'est-ce qu'elle a envie de voir chez toi qu'elle aimerait transformer… (*H6)

Ça peut aussi être une des figurines dans le cadre du jeu de sable :

> *Regardez les figurines… et puis il y a peut-être une figurine qui vous parle, qui a envie de venir vers vous plutôt que d'avoir une idée rationnelle, réfléchie, cognitive…* (J6)

> *Elle a fait encore un dernier jeu de sable où il y avait… alors là c'est la première fois que la spirale apparaissait… avec le « trickster » là au milieu et puis vraiment un courant d'énergie on pourrait dire qui va comme ça vers… vers la sortie, vers Merlin...* (J7)

Ou encore :

> *Là il y a une personne… là il y a elle… j'ai compris après qu'elle m'identifiait un peu à ce personnage… et là il y a le fou du roi… qui est apparu pour la première fois… et là il y a eu vraiment une énergie archétypique… qui est apparue à travers le fou du roi, le « trickster »… qui a vraiment… qui l'a mise en route vers l'extérieur… le fou du roi c'est souvent celui qui vient bousculer les règles établies… c'était quelqu'un qui avait plutôt tendance à être dans l'introversion, à avoir de la peine à extérioriser les choses… et puis… clairement là, dans les séances suivantes et les semaines suivantes… elle est beaucoup plus…* (…) *il y vraiment de l'énergie qui est arrivée…* (J7)

> *Le magicien dans ce sen-là est une bonne figure… surtout Merlin… c'est celui qui est en bonne relation avec ce qui dépasse l'humain mais il est humain…* (J7)

2.6.3 La relation est le *tiers*

Au travers de ces divers témoignages, je relève que les tiers est une dimension agente, qui n'est ni le/la thérapeute ni le/la patient.e, qui relie à quelque chose de *plus grand*, de *plus puissant*, qui *automatiquement*, *tout seul*, dans un mouvement *spontané*, amène de *l'énergie*, de la *force*, des *outils,* du mouvement pour *changer ce qu'il y a à changer*, pour que *les difficultés se transforment*, pour *mettre en route* la personne. Si cette

dimension agente n'est ni le/la thérapeute, ni le/la patient.e, mes interlocuteurs relèvent par contre que cette dimension peut être la relation elle-même :

> *Le lien, je pense que la notion de lien, de la connexion est quelque chose de fondamental…* (…) *il y a la relation à moi, il y a la relation à l'autre… car je pense quand on fait ce travail avec quelqu'un d'autre on se nourrit et on co-crée ensemble quelque chose, et je crois vraiment quelque part à un niveau énergétique… que ce soit physique, peu importe, mais la personne me parle à un autre niveau… et puis si c'est juste entre moi et moi… je crois à une force plus grande… alors je la mets en dessus… mais pour moi elle n'est pas nécessairement en dessus elle peut être à côté, à droite, en dessous, je pense que ce qu'on peut appeler en Dieu est en chaque chose et qu'à partir du moment où on est relié à cette forme d'énergie qu'est la vie… la vie nous parle.. la vie nous montre le chemin d'une manière ou d'une autre… et quand on n'est pas connecté à ça… et ben on peut se perdre sur une ligne droite… pis quand on est connecté à ça on peut s'en sortir facilement dans un labyrinthe…* (H4)
>
> *Si tu veux, sans relation, sans alliance thérapeutique, rien n'est possible* (H1)
>
> *Pour moi il y a quelque chose de sacré dans la rencontre…* (…) *'fin d'après tout ce que j'ai étudié… ce qui est le meilleur facteur, c'est la fameuse alliance thérapeutique… si l'alliance thérapeutique ne se noue pas, s'il n'y a pas une rencontre et ben ça sert à rien du tout…* (J5)
>
> *Ce qui soigne c'est la rencontre avec l'autre… c'est vraiment le lien… et c'est vrai que le transfert c'est quelque chose d'extrêmement puissant…* (J4)
>
> *C'est la relation qui est très, très, importante je trouve… tout ça se vit dans la relation thérapeutique… donc pour moi la relation.. comme je l'ai dit au début est un outil ou un véhicule, un moyen extrêmement important dans tout ça…* (J2)
>
> *Il y a la relation thérapeutique qui est essentielle… c'est notre outil de travail…* (J6)
>
> *Il y a vraiment besoin de travailler sur cette capacité à se relier… à se relier à l'autre et puis à se relier au monde intérieur…* (J3)

On voit l'importance que les praticien.ne.s accordent à la relation, à l'alliance thérapeutique. On retrouve les termes d'*outil*, d'*énergie*, la notion de mouvement, de

lien qui relie à du plus vaste. Mais d'autres citations explicitent encore plus clairement la fonction de *tiers* de la relation :

On est relié via du tiers, on n'est pas juste les deux, on n'est pas juste moi… (H8)

H1 cite C. G. Durkheim[62] : *« Une corde mystérieuse se tend entre la détresse de l'un et la réceptivité de l'autre - un troisième conduit l'archet - et le son libérateur résonne »… Tout est là-dedans* (H1), me ramenant aux années passées dans le dojo Zen à suivre l'enseignement de l'élève de C. G. Durkheim.

L'un de mes interlocuteurs a même écrit un article sur le sujet. Il écrit :

« La force opérante ou le principe actif que permettrait d'activer la procédure relationnelle de l'hypnose est l'objet de nombreux débats et spéculations, mais de peu d'explication. Comme l'écrit François Roustang, « si articles et livres abondent en descriptions sur la manière de provoquer l'état hypnotique ou sur celle de l'utiliser en vue de la sédation de symptômes, quand il s'agit de s'expliquer sur la nature du phénomène lui-même, l'encre vient à manquer aux plumes» (Roustang, 2005 : 128). Ce qui fait cependant la force et la permanence de ce débat dans notre société repose tout simplement sur le fait qu'il aborde fondamentalement la question de ce qui agit dans la relation entre deux êtres vivants, sur le pouvoir organisateur de la relation des êtres entre eux et avec leur environnement » (Bonvin, 2012 : 287).

Pour Éric Bonvin, la relation « (…) est le substrat par lequel opère le potentiel d'influence du contexte thérapeutique (Hare-Mustin, 1994) » (2006 : 192). Alors que l'on doit aujourd'hui faire face à l'inflation d'un pluralisme dans le domaine de la psychothérapie (Bonvin, 2006b) « on n'a jamais pu démontrer clairement la puissance ni l'impact différentiel de techniques spécifiques sur le fonctionnement du patient » (Lambert, 1992 :127). Or pour cet interlocuteur c'est parce que c'est la relation qui *opère*.

Même si pour plusieurs de mes interlocuteur/rice.s, tout comme pour Hillman, ce qui opère dans la relation ce sont les *esprits*, la vie, l'*âme*, etc. :

[62] Durkheim, K.G. (1980 et 1994)

« J'en suis venu à penser que cette incertitude concernant la raison pour laquelle le patient et moi sommes là est en réalité ce qui explique notre présence : ce troisième élément qui semble délibérément rendre nos buts changeants et les miner, qui nous soumet avec insistance la question tout en refusant nos réponses. Ce moment d'intervention méditative, ce troisième élément dans l'expérience thérapeutique, je l'attribue à l'âme » (Hillman, 2005 : 157-158).

2.6.4 Les images, les symboles, les métaphores comme *tiers*

De même, une image, une métaphore, une histoire peut prendre ce rôle de tiers, au sein de la relation. Pour Teresa Robles, « Dans la narration de métaphores, d'histoires et d'anecdotes opère aussi ce que Gregory Bateson appelle « la structure qui relie » (Bateson, 1984) entre elles toutes les créatures vivante » (Robles, 2007 : 27). J2 relève à propos d'une image effectuée dans le cadre d'un jeu de sable :

> *Après on a quelque chose qu'on peut partager… on reste dans cette image ensemble… la personne je l'invite à sentir ça…* (J2)

H6 demande parfois à ses patient.e.s de dessiner leur problématique, leur difficulté. Il comment un dessin qu'il me présente :

> *Alors la dernière transe hypnotique que j'ai fait avec elle… c'est de lui suggérer qu'elle se trouve juste au milieu… en équilibre… parce que tu vois elle est schizo-affective… elle est toujours dans les extrêmes… « est-ce que c'est possible d'aller juste au milieu… » « ah mais j'ai pas pensé à ça… » « mais c'est comment au milieu ? Regardez, il y a de l'espace… il y a de l'espace… il y a juste assez d'espace… c'est un chemin hein… vous pouvez suivre ce chemin un petit moment… où est-ce qu'il peut vous promener ce chemin ? »* relate H6 en se levant pour aller cherche le dessin en question.

Dans cet exemple on a non seulement le dessin qui fait office de tiers et à partir duquel H6 va proposer une *transe*, mais dans le dessin il y a un tiers – *l'espace, le chemin* – que H6 suggère à sa patiente d'explorer.

Dans les trois pratiques, parfois l'histoire, la métaphore, l'image, est co-construite et parfois, lorsque le/la patient.e se trouve bloqué.e, la thérapeute suggère une image :

> *Parfois je propose une métaphore quand je vois l'autre complètement bloqué… mais ça veut pas dire que cette métaphore ne va pas évoluer… c'est une proposition…* (H2)

> *Quelqu'un qui ne peut pas continuer (le « rêve »), il est bloqué… alors je peux regarder moi... je peux dire « mais moi je vois que… je vois ça.. » et pis si la personne elle entre ben c'est bon… si elle n'entre pas… mais voilà, il y a aussi des gens pour lesquels je fais une séance traditionnelle (dans laquelle le/la patient.e n'intervient pas), il y a pas de problème tu vois… je trouve que ça c'est quand même plus responsabilisant… et ça… les gens sont… les gens sont peut-être plus touchés, tu vois… sinon « ben le chamane il a dit que maintenant ça doit être bon… » et voilà…* (C6)

Dans la relation avec les tiers-guide aussi la communication, la relation passe par l'image, le symbole

C4 me dit qu'au fil du temps, dans ses relations avec ses alliés, elle a développé son propre *dictionnaire*. En quelque sorte elle joue au « *Pictionary* »[63] avec son *guide*. C2 m'explique :

> *Lorsque l'allié arrive, je le vois ou je le sens, c'est une vraie manifestation. L'image. Quand je demande « montre-moi la voie » ou « enseigne moi quelque chose » et si une image se forme… cette image est induite par l'entité en question. Cette entité va utiliser mon expérience personnelle, mon acquis, pour créer une image que je peux comprendre. A la limite avec des symboles que je peux comprendre donc bien sûr que c'est lié aussi à moi et à mon expérience et à ma projection. C'est vraiment une sorte de rencontre entre mes propres expériences, mes propres acquis et ce que l'esprit peut induire en moi et utiliser en moi pour créer cette image pour que je puisse en faire quelque chose* (C2)

De même dans les témoignages suivants, les praticiennes soulignent qu'il y a des énergies qu'il n'est pas possible d'appréhender en soi, des expériences universelles, qui se concrétisent, se singularisent au travers d'images, de symboles. L'image traduit, relie.

C8 développe encore :

---

[63] Jeu dans lequel il s'agit de deviner ce qu'un joueur dessine.

> *Pour moi, quand j'ai une image, par exemple quand j'ai une de mes guides qui vient et qui travaille beaucoup avec le cœur, l'énergie de l'amour, l'énergie du cœur… je vais savoir que ce guide-là dans l'archétype ça représenterait Marie la Sainte. Mais comme j'ai pas d'image que ce soit catho, bouddhiste, ou comme ça… et que j'ai pas envie de mettre justement une image qui définit une religion, je la vois comme une femme lumineuse qui a le cœur ouvert. Après on peut dire « c'est Marie, c'est.. » Je sais pas comment elle s'appelle, la mère de Mohamed.. enfin je connais pas tout ça.. ce qui est sûr c'est cette énergie-là. Pour moi c'est une énergie qu'on attribue à quelque chose de matériel alors que… si tu veux on étiquette quelque chose et moi j'essaye d'enlever les étiquettes. Parce que plus tu étiquettes quelque chose et plus tu deviens fermé dans un truc et plus tu mets du mental et moins tu t'ouvres à tout ce que tu peux recevoir* (C8)

On retrouve une description très similaire dans les propos d'une analyste (qui sans connaître la praticienne chamanique ci-dessus, se réfère au même archétype dans son exemple) :

> *Je trouve qu'il y a beaucoup de malentendu… quand on parle d'archétype les gens croient que c'est une chose, par exemple une super vache. Mais en fait un archétype… moi je suis très… dans ce sens-là je suis très kantienne quoi, c'est une forme vide. C'est à dire un archétype c'est une forme d'expérience possible. C'est une manière de se relier au monde possible, qui a été préformée par tout ce que l'humanité a vécu de.. par exemple l'archétype maternel c'est une manière de se relier à quelque chose comme un enfant, ou quelqu'un qu'on materne comme un enfant, selon un certain mode de prendre soin caractéristique qui correspond à toutes les expériences de maternité animales et humaines et toutes les légendes sur la mère qui ont pu se succéder pendant toute l'histoire de l'humanité. Tout ça fait comme un moule, un petit peu, qui peut donner une forme à notre vécu. Alors nous on a notre vécu, on devient mère par exemple, ben l'archétype de la mère peut donner une certaine forme à cette expérience brute que l'on vit.* (…) *Alors par exemple, je sais pas moi, Gaïa ou Héra… c'est des mères très différentes. Et pis comme on se l'imagine comme ci, comme ça, pis comme je pourrais la peindre, tout ça c'est des images archétypales qui viennent de ce moule sans fond et sans fatigue, qui n'arrête*

> *pas d'engendrer des images, mais c'est juste un moule… et selon que moi j'ai eu une mère comme ci comme ça, que j'ai été touchée par des mères comme ci, comme ça, que j'ai vu des films, que j'ai été maman comme ci, comme ça, ça va formater… ça va mettre la matière individuelle dans cet archétype maternel, ce qui va faire qu'en fin de compte le résultat pourra être assez différent parce que je vais y mettre ma propre matière. Chacun de nous va y mettre sa propre matière. Donc l'archétype c'est vraiment une possibilité de se relier à l'expérience, formatée par des millénaires d'histoires de la vie, mais ça n'a pas de contenu spécifique. C'est à nous d'y mettre chaque fois le contenu de notre propre vie. Pis l'image archétypale c'est son incarnation à telle époque… La vierge Marie ce serait une image archétypale à une certaine période de l'archétype maternel* (J5)

Elle développe encore son explication en référence au symbole :

> *Donc il y aurait l'archétype qui serait le plus général un peu comme l'idée de Platon un petit peu, l'image archétypale qui serait son incarnation dans une certaine époque ou une certaine qualité. Pis le symbole serait encore une spécification… on prendrait peut-être l'archétype de la mère, l'image du prendre soin et de nourrir, et puis la vache, mais je sais pas la mère ours, la lionne aussi… ça c'est un maternel important qui est très différent de la vache par exemple… Peut-être un symbole ce serait encore plus précis. Malgré tout ça garde une certaine généralité… pis après ce que moi j'en fais, enfin dans mon rêve, dans mon expérience, dans mes images, c'est encore plus personnalisé… mais ça vient un petit peu de la même origine. Donc moi, personnellement je parle surtout de symbole, voilà. Mais peut-être que j'emploie le mot « symbole » dans le sens où d'autres gens emploieraient le mot « image » ou d'autre gens emploieraient « image archétypique », c'est possible. En tous cas, les archétypes, on a tendance à confondre, à ne pas comprendre que c'est un modèle, un schéma.* (J5)

Pour J7,

> *Quand on dit « archétype » c'est ce qui est derrière le symbole… et on n'a pas accès à l'archétype, on a toujours accès au symbole… alors oui, moi je pense*

> *qu'un parcours d'individuation amène à se rapprocher du symbole, donc de l'image… de ce qui est de l'ordre du reflet du monde qui nous dépasse* (J7)

Ces propos nous permettent de clarifier les différences entre les concepts de « symboles », d'« images archétypales», d' « archétypes », des termes importants lorsqu'on s'intéresse au recours à l'imagination dans ces pratiques. Cependant le statut de ces symboles, images, archétypes reste l'objet de controverse. Est-ce que ce sont des *projections*, des *esprits*, des représentations ou des présentations ?

2.6.5 Le statut du *tiers*

Nous avons vu que *le tiers*, qui n'est ni le/la thérapeute, ni le/la patient.e mais qui amène du mouvement, du changement, de manière *spontanée* et *automatique*, peut prendre le nom d'« *inconscient* », « *âme* », d' « *esprit* », de « *partie sage* », de « *sagesse du corps* ». Cette dimension agente peut prendre la forme d'un *objet*, d'une *partie du corps*, d'une *figurine*, d'une *figure imaginale*, d'une *image* et peut s'exprimer par *un chant*, la *respiration*, un *mouvement des mains*, un *dessin*, une création, une *relation*, etc. Pour la plupart des praticien.ne.s le *tiers* relie *à quelque chose de beaucoup plus puissant, beaucoup plus grand que vous qui est la force de vie universelle,* à *une force plus grande*, à *ce qu'on peut appeler Dieu*, *à cette forme d'énergie qu'est la vie*, à *un pouvoir organisateur*, à *quelque chose de sacré*, mais aussi à *toutes nos expériences de vie*. Mais si pour la majorité de mes interlocuteur/rice.s le *tiers* relie à du plus grand que soi, il y a néanmoins débat sur le statut même du *tiers*, tout comme il y avait débat au chapitre 2.5 sur le statut de l'image. Pour C7, selon si l'on considère que *l'image*, *le tiers*, est *une image de mes personnalités multiples* ou *un être indépendant*, avec son intelligence propose, le *positionnement dans la vie* de la personne est complètement différent :

> *Si cet être qui est là il est indépendant de moi… il peut faire ce qu'il veut et qu'il a une intelligence pour le faire… ou bien si c'est quelque part une image de mes multiples personnalités qui se manifeste comme ça… c'est deux explications très différentes… c'est-à-dire que quand je regarde cet animal faire des choses j'apprends des choses sur moi... parce que ça révèle une de mes sub-personnalités... ou bien que quand je le regarde bouger et faire des choses, c'est lui et puis… il me parle du monde quoi…* (…) *Non, non mais tu vois mais juste sur l'efficacité... si ton corbeau c'est une métaphore… pis tu*

> *rentres, pis tu marches pour rentrer chez toi… t'as eu une chouette image… c'était une métaphore, le corbeau il parlait de je sais pas quoi, il voulait dire ça, il représentait ça… ou bien ce corbeau, il était là… et puis t'as pas compris ce qu'il t'a dit mais il te l'a dit quoi… 'fin pour moi, l'efficacité et la puissance c'est… juste pas pareil…* (…) *Ton positionnement dans la vie est complètement différent… tu es dans le monde ou bien t'es cet être que tu essayes de comprendre envers et contre tout… ou bien t'es partie du monde…* (C7)

C6 détaille ce positionnement :

> *La grande différence c'est que quand tu considères qu'il y a des esprits qui existent… tu… tu n'es pas seul au centre… et parce que ça réduit de nouveau tout à « oui je me suis visualisé… je me suis… programmé... » Ca reste toujours toi… et ça, ça, je trouve… de par mon expérience, de par mon ressenti, je trouve que c'est faux... et puis c'est pas salutaire parce que t'es toujours au centre, il s'agit toujours que de toi alors qu'il devrait s'agir des autres… comme ça il y aurait beaucoup de problème qu'on n'aurait pas… et puis ça culpabilise aussi parce que tu arrives jamais... j'arrive à rien… enfin c'est pas logique…* exprime C6 sur un ton militant un peu en faveur du chamanisme plutôt que d'appliquer des techniques qui ne tiennent pas compte des esprits.

Ou encore pour C1 :

> *Ils vont nous parler dans une langue, ils vont s'exprimer d'une manière… avec les couleurs de ce qu'ils sont et… et donc ça entre en compte dans ce qu'on reçoit d'eux en fait… et donc là, à la différence de… quand on parle de son inconscient… là c'est pas un dialogue entre soi et son inconscient… c'est vraiment un dialogue entre soi et les esprits qui sont extérieurs… qui peuvent être à la fois les esprits du lieu, les esprits de la forêt, les esprits ethnocentriques des lieux, ses propres ancêtres, ou ses esprits alliés ou ses guides… selon après les voies spirituelles que prendrait chacun…* (C1)

Je constate que les praticien.ne.s chamaniques cherchent à se démarquer d'une vision psychologique :

> *On valide l'existence de ces êtres, on valide l'existence de ces forces, on valide l'existence de tout ça… on valide l'existence d'autre chose que soi... ce qui pour moi n'est pas le cas dans la psychologie... et il me semble que l'écologie*

> *profonde, c'est de la spiritualité et de l'écologie…* souligne C7 avec un léger accent de mépris en prononçant le mot « psychologie »
>
> *C'est ça… la différence aussi… c'est que tu vois le voyage chamanique... c'est pas un voyage intérieur… c'est dehors…* (C6)
>
> *Pour moi, il y a clairement des manifestations extérieures à moi-même qui proviennent d'une réalité qui est différente de la réalité ordinaire et qui sont des entités. Vraiment. Au même titre que toi et moi. Moi j'ai une enveloppe corporelle et il y a certaines entités qui n'ont pas d'enveloppe corporelle. Et qui utilisent certains medias pour se manifester* (C2)

Dès lors, si l'on s'intéresse aux points de vue des psychologues parmi mes interlocuteur/rice.s, on se rend compte que les avis divergent ou alors restent très larges dans leurs conceptions. Ainsi, j'ai effectivement rencontré des analystes jungien.ne.s qui affirment :

> *Alors là personnellement, et je peux juste parler pour moi… pour moi, je veux bien entendre, il y a des esprits, mais c'est pour moi, une image, un symbole, ils n'existent pas… donc j'en tiens compte dans le sens… si la personne a l'impression d'être possédée par un esprit ce qu'effectivement elle doit se sentir en danger. Il y a quelque chose en elle qui… qui la panique ou qui la possède, donc la personne elle est sous le contrôle de cet esprit… mais pour moi c'est pas parce qu'il existe… mais ça c'est moi, ma culture…* (…) *À ce moment-là, quelque chose qui est vu comme extérieur, l'esprit, moi je le ramène au ressenti, donc au subjectif* déclare J6, à qui c'est le tour d'avoir un ton légèrement condescendant, mais qui se veut toutefois non jugeant.

Ou à l'inverse d'autres qui envisagent avec sérieux le bénéfice d'interagir avec des esprits :

> *Je pense que dans le rapport aux esprits, on est dans le domaine de… 'fin ça dépend où on les situe… pour nous, j'ai l'impression que les esprits apportent un correctif à cette vision où la conscience de l'homme prend une place prépondérante…* (J1)

Ce sont là deux positions tranchées, néanmoins la plupart des discours parmi les analystes, sont plus « ambivalents », se référant notamment à l'hypothèse émise par

Jung d'un inconscient collectif, extérieur à l'individu, mais qui contient l'inconscient individuel :

> *C'est que c'est pas des parties de moi, c'est des parties de Soi… qu'on récupère… donc qui élargissent le moi… donc c'est des parties du monde… c'est plus une vision indienne que j'ai moi… c'est-à-dire âtman… on est le monde, donc on le devient et le monde devient nous… c'est-à-dire c'est pas intégré dans le moi, c'est devenir le monde et que le monde devienne soi. (…) ça t'ouvre… quelque part tu t'ouvres… donc tu t'ouvres à une nouvelle partie de toi ou du Soi…* (J7)

Et dans le sens d'un inconscient collectif qui n'est pas personnel, les « *complexes* »[64] peuvent, selon plusieur.e.s de mes interlocuteur/rice.s, être considérés comme des *esprits*.

> *pour moi les esprits c'est des complexes jungiens… l'animus ça peut aussi être un esprit… ça peut être mon guide… voilà pour moi c'est qu'une question de mot pour parler d'une même réalité…* (J3)

> *C'est pour ça que moi j'aime bien parler de possession quand même… alors de possession par le complexe… on parlera de complexe, mais… complexe-esprit… c'est vraiment tout à coup tu vis quelque chose, mais tu n'as pas la maîtrise… tu ne sais pas ce qu'il s'est passé. Donc à un moment donné c'est… ça a été plus fort que toi… on pourrait dire que t'as été possédé par le grand mana, ou le grand… telle énergie… et du coup on peut faire des liens avec notre culture et notre quotidien* note J7 brouillant les pistes volontairement et semblant y prendre plaisir.

Un point de vue que, semble-t-il, Jung partageait :

« *For Jung the unconscious is very large, growing beyond the personal unconscious of Freudian psychology, and including the collective unconscious or objective psyche, which makes it largely an unknown: an unfathomable mystery filled with numinous*

---

[64] « Complexes are autonomous groups of feeling toned associations that have a tendency to move by themselves, to live their own life apart from our intentions. We like to believe in our will power, in our energy in what we can do, but when it comes to the real showdown, we find we can do it only to a certain extent because we are hampered by the « little devils », the complexes. (Jung, CW 18 : 73) » (Smith, 2007 : 126)

presences. When Jung speaks of these numinous presences or spirits as a psychologist, he tends to schematize them as complexes, apparently adjusting his discussion to a relatively skeptical scientific audience. However, if we recall that Jung's midlife crisis was an initiation in which he encountered spirits, held lengthily dialogues with them, received guidance and revelations concerning his life's work and his psychology, and spent a great deal of the rest of his life fascinated with Gnosticism, alchemy, astrology, and synchronistic phenomena, it is perhaps not too difficult to conceive that Jung's private interests in the spirit world may have exceeded what he felt that he could express publicly" (Smith, 2007 : 135)

Sur le même sujet, Michael Harner souligne que dans Jung faisait « ce qu'il appelait lui-même des « voyages » dans un monde inférieur (Jung, *The Red Book*, p.249, no.161), où il disait être instruit de la réalité des esprits par Elie, qui lui déclara : « Nous sommes réels et ne sommes pas des symboles », puis, de nouveau : « Libre à toi de nous qualifier de symboles (…) Mais nous sommes exactement aussi réels que tes semblables. Tu n'infirmes rien et ne résous rien en nous qualifiant de symboles. Nous sommes bel et bien ce que tu qualifierais de réel » (Jung, The Red Book, p.246, 249) Cependant il est à noter que Jung n'écrivit ces mots qu'en secret dans son Livre rouge, lequel ne fut pas rendu public avant 2009, près d'un demi-siècle après sa mort » (Harner, 2014 : 57).

Au sein des hypnothérapeutes, la position par rapport aux esprits reste aussi assez ouverte :

> *Moi je suis assez ouvert à dire que mes yeux voient ce qu'ils voient mais je pense qu'il y a plein d'autres choses que je ne vois pas, que mes yeux ne voient pas… donc je… j'aime bien faire référence à Teresa Robles qui parle beaucoup des esprits…* (…) *Elle, elle fait beaucoup le lien entre nos esprits internes, comment le ventre fait circuler les esprits, fait circuler la respiration, fait circuler toutes ces différents choses en toi… donc autant les esprits qui ont souffert, que les esprits qui sont ressources…* (H6)

Et voici ce que Isabelle Célestin Lhopiteau rapporte de la pensée de Roustang :

« Nous sommes faits de tous ces esprits, de toutes ces choses animées, de tous ces êtres animés qui nous entourent, qui sont notre peau, qui sont notre corps… Il faudrait

donner toute sa force à l'usage des métaphores. Nous pensons, dans les termes de notre psychologie individualiste, que nous avons affaire à des images qui seraient comme des petites choses qui se promèneraient dans notre psychisme. Mais nous pourrions penser que toutes les images sont des choses qui nous habitent et des êtres qui nous ont influencés et qui nous influencent, que nous y participons corps et âme, qu'elles sont notre sang et notre chair et nos muscles. Quand on utilise des métaphores, on ne fait pas un exercice de pensée, séparé du réel, on manie le réel et c'est pourquoi cette utilisation est d'une grande efficacité. Mais si les métaphores n'étaient pas des choses et des personnes, elles ne pourraient rien changer à notre existence. Elles sont des images bien sûr, mais des images qui apportent avec elles les choses et les gens. Ces sont des esprits » (Célestin-Lhopiteau, 2011 : 29).

Je terminerais ce débat en donnant la parole à J3, en référence à la métaphore du corbeau vue plus haut, me dit :

> *Est-ce que c'est important de savoir si c'est des parties de nous… puisqu'on est tout… à un moment donné même ce questionnement-là, à mon sens, perd de son sens, suivant à quelle échelle on se trouve... est-ce que c'est une partie de moi ou est-ce que c'est extérieur ? » tu es encore dans une polarité. C'est blanc ou noir. Mais c'est blanc et noir. Et c'est là que tu touches le Soi, le centre… et si tu expérimentes le corbeau… tu deviens le corbeau… et là ça change… Est-ce que c'est important de savoir ? Ce qui est important c'est de rentrer en communication… énergétiquement parlant… avec ça… et c'est peut-être ça l'expérience du divin en fin de comptes… ces moments de pouvoir s'expérimenter comme étant une partie du tout… d'être relié au tout… je suis le tout, le tout est moi mais le tout est beaucoup plus grand que moi… on parlait, j'aimais bien… cette vision océanique… et beaucoup d'extase parlent de ce moment-là… et c'est vrai qu'il y a le moi qui se dissout dans le tout mais qui garde la conscience… et c'est ça qui est barge… et tu touches à cette limite…* (J3)

⁕

Pour résumer, au cœur des *paradoxes*, des conflits généralement apparus en laissant s'exprimer la *polyphonie* qui nous habitent ou nous rencontrent (selon les positions), le

recours au *tiers*, qu'il s'agisse d'une part de soi, d'un élément extérieur, d'une *métaphore* ou d'un *symbole*, permet à la situation sans issue (parce que paradoxale), crispée (parce que conflictuelle) d'évoluer. Néanmoins, les points de vue divergent quant au statut de ce *tiers*, tout comme ils divergent quant à ce qui est de l'ordre de l'intérieur ou de l'extérieur, du *projectif* ou non, du personnel ou du collectif, de la représentation ou de la présentation. Quels que soient leurs statuts, parce que peut-être ils ne sont ni l'un ni l'autre, et en même temps, et l'un et l'autre, je m'intéresserai, dans le prochain chapitre, à la relation liminale que les acteur/rice.s entretiennent avec ces *tiers*.

2.7 Relations aux *tiers*

Dans les pages qui suivent, nous nous intéresserons aux fonctions du tiers, et notamment sa fonction de « *psychopompe* » et de protection pour aller à la rencontre de l'inconnu. Nous verrons les relations que les acteur/rice.s entretiennent avec les *tiers*, les manières de communiquer ou même de ne faire plus qu'un dans un éprouvé sensuel. Enfin, nous identifierons plus précisément les moments et les façons dont les praticien.ne.s recourent aux tiers au sein de la relation thérapeutique pour soigner, être guidé, proposer des rituels.

2.7.1 *Psychopompes*

En analysant les entretiens, j'ai relevé que le terme de « *psychopompes* » revenait à plusieurs reprises :

> *On parle souvent en termes jungiens des animaux qui sont des psychopompes… ils font le lien avec le monde… le monde des morts, le monde de l'invisible… Hillman en parle… donc les animaux sont des médiateurs, ils sont à la fois instincts mais Hillman dit aussi « des anges quelque part » parce qu'ils sont… ils sont en lien avec les forces qui nous dépassent*… note J7 en dirigeant son regard sur les différents livres exposés derrière nous pour l'occasion, dont un de Hillman.

J'ai également retrouvé un passage où James Hillman emploie également ce terme de « psychopompe » pour désigner les images :

« *Lorsqu'une image est comprise – pleinement imaginée comme être vivant autre que moi-même -, elle devient alors un psychopompos, un guide avec une âme ayant ses propres limites et sa propre nécessité* » (Hillman, 2005 :116)

Il semble que cela corresponde au vécu de mes interlocuteur/rice.s :

> *Le cheval poisson est un psychopompe, c'est un animal qui aide le processus du mourir, qui est très bienveillant, qui apparaît pour nous aider à mourir sur l'autre rive* (J5)

> *J'étais vraiment dans un enfer… dans une espèce de souterrain terrible… la thérapeute me dit « Qu'est-ce qu'il y a là, encore… dans cet enfer ? » Et je regarde autour de moi… et je vois, un essaim d'abeilles… Et elle me dit « mais… peut-être qu'elles te veulent quelque chose ces abeilles… essaye de t'approcher… » Et je m'approche de l'essaim d'abeille… et ces abeilles elles s'envolent… elles me tournent autour… et elles m'emmènent en voyage… je suis les abeilles… et elles me conduisent dans un endroit… que je connais bien dans la réalité… c'est en endroit dans le sud de la France… où j'adore aller… c'est une chapelle sur une montage (…) Et c'est un lieu où j'adorais, pendant les vacances, aller voir le soleil se lever… et aller voir le soleil se coucher… mais j'avais pas pensé du tout hein… mon essaim d'abeilles m'emmène là… qu'est-ce que je fais ? Je m'appuie contre la porte de la chapelle… qui est encore bonne chaude du soleil de la journée… et je me sens paisiblement là, prêt à continuer le voyage… le problème c'est que le voyage dans un endroit… pour moi complètement « folo »… parce que les abeilles tout à coup elles disparaissent dans un puits… je me dis « mais je les suis » et je descends vraiment dans la vallée de la mort… avec les abeilles… Et les abeilles me conduisent là et.. dans cette vallée de la mort… et évidemment je ressens toutes les angoisses… je revisite tout ce qui se passe…(…) je sais pas quoi faire… et je sais pas si je dois continuer ou bien revenir… et c'est moi qui dois choisir… et comme je sais pas… vraiment j'arrive pas à choisir… la thérapeute elle me dit « et les abeilles… elles sont où ? » Pis je les vois… elles m'invitent à avancer… et j'avance avec les abeilles qui me conduisent…et puis de l'autre côté… tout à coup je tombe dans une espèce de prairie… et il y a un être de lumière qui est là… et qui me prend dans ses bras… avec une chaleur incroyable… une qualité d'énergie incroyable… et puis après je vois que les*

> *abeilles tournent autour de nous… et pis je vois aussi que les abeilles repartent… font le chemin en arrière... alors je retourne, je suis les abeilles, je reviens gentiment sur mes pas… clin d'œil à l'envers… et je remonte… et finalement je termine mon voyage… je sors du puits, je m'assied contre la porte chaude de cette chapelle… et puis je vois un nouveau jour avec un soleil levant.. et puis je me dis « je vais rester là, je vais accompagner le soleil maintenant, tranquillement, depuis cet espace-là… » Et puis j'étais très bien... j'étais parfaitement bien… tout ému parce que j'avais vécu quelque chose de très fort… (…) Elles ont eu un pouvoir incroyable ! Elles ont eu le pouvoir de me faire passer… le pouvoir de me faire revenir… elles ont été psychopompes comme on le dit dans le jargon… d'oser faire ce chemin... D'oser aller explorer ces frontières qu'on ne peut explorer que par l'imagination… on ne sait pas ce qu'il y a de l'autre côté* raconte H1 qui a le don pour nous faire vivre ses récits de l'intérieur.

A propos d'une transe hypnotique avec un poney, H8 me dit :

> *Ça va être toute l'ouverture du travail du deuil… qui par certains côtés a des similitudes ou des ressemblances avec ce qu'on travaille en chamanisme et qu'on appelle du psychopompe…* (H8)

Enfin, parmi les praticiens « néo-chamaniques », C8 m'explique :

> *Je travaille beaucoup avec le monde d'en haut quand je fais de la psychopompe en fait, quand, si tu veux, j'ai un guide avec qui je travaille vraiment, qui lui, aide les âmes à passer dans l'autre monde* (C8)

On s'aperçoit que les *psychopompes amènent*, *conduisent*, *font passer*, *avancer* et parfois *revenir*, permettent de *continuer le voyage*. Ils *accompagnent* les sujets et leur permettent d'*explorer les frontières*, d'*oser faire le chemin* vers *la vallée de la mort*, le *monde de l'invisible*, *l'autre monde*. Ils sont aussi des *médiateurs* entre *les instincts* et *des forces qui nous dépassent*, entre *le monde d'en haut* et *le monde du milieu* ou entre *le monde d'en bas* et *le monde du milieu*, entre *le conscient* et *l'inconscient*. Qu'il s'agisse des mondes de la mort, de l'invisible, d'en haut, d'en bas ou de l'inconscient, ils ont tous comme caractéristique de ne pas être objectivables. Si la relation à la mort

est inhérente au terme de psychopompe[65], nous verrons notamment dans la partie analytique ethnologique, dans laquelle je mets ces expériences en lien avec les concepts de « construction sociale de la réalité », de « liminalité » et de « rites de passage », que cette relation à la mort peut autant être réelle que symbolique. A ce propos, H1 mentionne dans ses remarques relatives aux psychopompes :

> *La frontière entre les espaces, entre conscient et inconscient, chez les grecs, c'est Artémis qui est une initiatrice. Elle fait passer cette frontière aux jeunes futurs citoyens. Elle les fait baigner un moment dans le monde de la forêt sauvage pour les faire traverser… par l'initiation…* (…) *les initiations d'Artémis sont des initiations extrêmement importantes parce que c'est des initiations qui te font trier les ressources notamment… qu'est-ce que tu vas prendre de là, pour me l'amener là… et qu'est-ce que tu vas laisser tomber ? Elles amènent le discernement… entre ce qui peut être amené dans la civilisation et ce qui ne peut pas, qui doit retourner d'où ça vient* (…) *je ne peux pas tout transformer… il y a des choses que je dois lâcher… comme n'étant pas humainement transmissible plus haut… c'est aussi ça l'idée de sacrifier des choses…* (H1)

A propos des rapprochements qui peuvent être faits entre une initiation, un rite de passage et la mort, je trouve intéressant de noter que lorsque C1 décrit un de ses voyages dans le monde des morts, on pourrait s'imaginer qu'il s'agit d'un passage initiatique qui conduit vers un changement de statut social :

> *Une image qui est revenue régulièrement par rapport à la mort c'est un endroit dans lequel on arrive, et dans lequel il y a des ours qui recyclent leur peau… comme sur un tapis roulant… les peaux qui changent… et… qui vont au recyclage en quelque sorte… c'est comme si l'ours était un animal psychopompe qui permet de passer d'un état à un autre ou de l'état de vie à après la mort… et cette image là je l'ai eue à la fois au tambour mais… quand je l'ai eue au tambour, en fait ça m'a rappelé des images de rêves… avec la même… pas exactement sous le même angle ou exactement la même constitution… mais c'était aussi à l'orée d'une forêt, en sortant d'une forêt et*

[65] Dans la mythologie, un dieu psychopompe est un conducteur des âmes des morts (comme un guide ou un passeur) (https://fr.wikipedia.org/wiki/Psychopompe, consulté le 11 novembre 2019).

là il y avait plein de papillons avec plein d'ours les uns à côté des autres et c'était clairement une étape de… de vie et de mort quoi… (C1)

2.7.2 Des *tiers* protecteurs

Parmi les témoignages de mes interlocuteurs, on retrouve beaucoup l'idée que ces *psychopompes* accompagnent et protègent les sujets lorsque ces derniers affrontent des réalité inconnues ou effrayantes :

La première fois que je lui ai demandé ce qu'on allait faire ensemble… la première chose qu'il m'a dit c'est qu'il était là pour me protéger… et puis c'est quelque chose qui m'a… c'était très rassurant pour moi parce que… je sais qu'à peu près tous les voyages chamaniques que je fais… presque, pas tous… il peut il y avoir des exceptions… mais de manière générale il est là et il me protège et c'est très agréable, très rassurant… ça veut dire que tout à coup je peux travailler avec des énergies très… même des choses assez sombres quoi… (C4)

Elle me donne l'exemple d'une nuit où elle s'est sentie en danger auprès d'une amie qui se sentait possédée :

Je pense qu'il m'a protégé directement au niveau énergétique de ce truc là qu' il puisse pas venir trop près de moi… et puis il m'a donné les clés aussi… qu'est-ce qu'il fallait que je fasse avec… et c'était joli… c'était des jolies clés… comment ça allait… c'était l'amour… évidemment… quand tu sens un truc agressif, la meilleure défense c'est… moi j'ouvre et puis j'envoie de l'amour et ça… ça dégonfle l'histoire… si tu commences à envoyer de la peur ou de la haine, ça enfle, ça nourrit le truc… comme tu mets de la lumière dans l'obscurité… et puis l'humour… et c'est lui qui m'a dit ça… et ça a complètement stoppé l'histoire par rapport à moi… (…) *ça s'est passé en plusieurs étapes… mais c'était une nuit où j'ai senti que ce truc il venait vers moi… et puis l'amie elle dormait la chambre d'en dessous et puis j'ai vraiment senti que ça montait le truc… après il y a eu cette histoire d'amour, j'ai senti, il me disait ça… pis l'humour, j'ai vraiment vu l'image… c'est ridicule.. mais c'était juste ça dont j'avais besoin… il a.. en fait c'était de prendre une brosse à dent et de frotter le dos de ce machin avec une brosse à dent… et puis je l'ai fait… et puis ça a complètement renversé la relation avec cet esprit désagréable*

> *quoi… il était là un peu « mais tu fais quoi ? »… ouais mais parce que si tu peux faire ça, ça peut plus être quelque chose qui… ça peut plus t'envahir… en tous cas voilà… dans ce cas-là il m'a donné concrètement la solution…* (C4)

> *Quand je vais dans une grotte la chauve-souris est souvent là… donc je vais pas la déranger mais je sais qu'elle me guette, qu'elle me guide… elle est derrière moi quoi… même si elle est au plafond… et parce qu'elle m'est apparue après un voyage dans une grotte… tout d'un coup elle était face à moi…* (C5)

De même, H8 relève que dans des transes où il y a quelque chose qui fait peur, elle va elle-même faire appel à ses *alliés*. Elle me fait part d'une situation avec un patient atteint du SIDA qui avait des transes terrifiantes :

> *Il avait vraiment des transes… il disait « je suis sur la crête d'une montagne… d'un côté il y a la vie… d'un côté il y a la mort… et je vois des grottes… je vois des tombes, eux-mêmes mort du SIDA il y a un certain nombre d'années sur la pente de la mort… et sur l'autre pente je sais que c'est la vie… (…) et je sais qu'il y a des portes que je ne peux pas pousser… parce qu'elles sont terrifiantes… derrière il y a des choses terrifiantes. Et à ce moment-là, je sais que je me suis vue, je sais pas si je l'ai fait volontairement ou pas, je me suis vue dans un cercle chamanique, avec les vieux indiens qui tapaient du tambour, pendant qu'il était en train de raconter sa transe… il racontait toujours sa transe à haute voix… et moi j'étais le scribe… donc dans la réalité ordinaire j'écrivais… dans la réalité non ordinaire j'étais moi… dans mon propre cercle chamanique… c'était très solennel et très sacré… je sais pas comment dire ça* relate H8, alors que l'intensité de ces transes avec ce patient maintenant décédé se fait sentir dans toute la pièce.

Si H8 fait appel à des tiers dans des situations de ce type, elle invite également inviter le/la patient.e à en faire de même :

> *Je vais accompagner quelqu'un qui est dans une transe…* (…) *il y a quelque chose qui fait peur, qui est un peu mortifère derrière, donc des transes pas très positives ni très relaxantes… et là je suis moi dans la transe avec eux… et… je leur fais toujours référence, ils font référence à « et votre force de vie qui était une lumière, qui était un rocher … est-ce qu'il est toujours là le rocher, est-ce*

> *qu'elle est toujours là la lumière. Donc toujours l'élément qui incarne si on veut la part de protection…* (H8)

Ou alors elle dira :

> *Et vous savez les indiens dans le chamanisme ils font des choses comme ça et alors il y a une puissance aidante qui les aide à se recomposer… ça peut être un animal de pouvoir, ça peut être votre force de vie… et là on va de nouveau recomposer quelque chose, à partir de ces images terrifiantes…* (H8)

Parfois, les praticien.ne.s s'approprient une des qualités du tiers pour faire face à une difficulté, pour surmonter un danger, pour mieux appréhender « l'invisible » dans la nuit :

> *Il m'est arrivé de me retrouver en montagne de nuit et de faire appel à la vision nyctalope du puma et ça marche. Alors tu te dis que tu te fais des idées mais je ne crois pas. Non, non vraiment. Tu distingues les choses mieux à travers les yeux du puma. Ouais. C'est assez fou* relate C2 en encadrant ses yeux de ses mains.
>
> *L'autre jour, j'avais un travail où il fallait beaucoup de force… physique… et le bison il est apparu… voilà… et le fait d'apparaître le bison, pour moi m'a permis d'aller au bout de ce qu'il y avait à faire… parce qu'il était là… alors je sais pas si ma force a été décuplée… mais j'ai pu faire ce qui me semblait difficile de faire… et puis d'aller au bout… donc le fait… pour moi de prendre l'énergie qu'il me propose… puisqu'il apparaît… là me permet de… me permet d'accueillir les compétences que j'ai pas forcément à l'état naturel…* me conte C5 en arrondissant le dos.
>
> *Un jour je suis monté… au sommet de la dent le Lys et puis… et la dent de Lys c'est assez raide, c'est assez à pic comme ça… à un moment donné j'étais en haut et il y a vraiment comme un chemin qui s'est ouvert dans la pente… j'ai vu le chemin… du coup je me suis dit « ah facile je descends là »… pis j'ai commencé à descendre… et puis tout à coup j'ai commencé à voir une croix… pis je me suis rendu compte que c'était vraiment à pic, en plus je portais un bois, j'avais ramassé des pierres… donc j'étais un peu chargé… et… et là j'ai commencé à avoir peur… et comme j'étais déjà pas mal descendu, j'osais pas remonter non plus et puis là, en face, juste un peu plus loin, je suis tombé sur*

> *des bouquetins… il y avait un troupeau de bouquetins… qui m'ont regardé (…) et puis c'est comme si les bouquetins ils m'avaient ouvert la voie, ils m'avaient protégé, (…) enfin je sais pas… il y a eu un truc, j'ai pu continuer à descendre… avec ces bouquetins qui étaient là… (…) après j'ai continué à explorer cette relation avec le bouquetin, le bouc sauvage… et puis depuis je l'utilise chaque fois que je suis dans la montage, que je suis dans des pentes raides, vraiment il m'aide quoi. Je monte hyper facilement… alors chaque fois que je l'utilise alors j'ai une chanson qui vient avec… et j'ai l'odeur qui vient avec… je sens le bouc… et c'est hallucinant… il y a cette odeur qui vient chaque fois avec le bouc…* C3

2.7.3 Ne faire qu'un avec le *tiers*

Mais de manière encore plus récurrente dans les trois pratiques, mes interlocuteur/rice.s *se confondent avec* leur *animal de pouvoir*, expérimentent un *tiers*, un *symbole*. Les acteur/rice.s sont même invité.e.s à pratiquer cet exercice dans leurs formations et séminaires :

> *Lors de nos séminaires etc. etc. on nous encourage à pratiquer notre archétype de l'animal de pouvoir dans le monde réel. On nous dit, si vous allez en forêt, invitez le puma à venir et promenez-vous en forêt comme le puma. Au début ça te paraît ridicule parce que tu vas bouger comme le puma, tu vas grogner, tu vas rugir, machin, etc. t'essayes de le faire seul dans un coin où il n'y a pas trop de monde* (rires) *mais tu te prends très vite au jeu* (…) *si t'as la chance de pouvoir rentrer à l'intérieur du puma, devenir le puma et ben t'es vraiment le puma et t'as vraiment des crocs et tu te déplaces vraiment comme lui et tout à coup t'as une musculature de félin et c'est absolument extraordinaire…* (C2)

Une pratique que l 'on retrouve également dans des séminaires de formations pour les analystes jungien.ne.s :

> *On a fait un week-end sur le symbole du chat… on est allé à fond… on a avancé à quatre pattes, on s'est donné des coups de griffes, on a vraiment chatifié notre week-end et puis plein de choses sur les mœurs des chats, leur système reproductif, la manière dont ils sont parents, la manière dont ils s'alimentent… ça a pris une place immense et puis après il y a eu ce que le norvégiens disaient des chats, ce que les égyptiens disaient des chats… il y a aussi eu ça… mais*

> *c'était sur une base vraiment d'expérience de ce que c'est le chat… le matou, la chatte, comment ils s'expriment, comment ils expriment leur sensualité, c'est un animal très, très, sensuel… donc on a dû rentrer en contact avec… pis ça, après ça, le symbole du chat on ne peut pas simplement dire « alors le chat symbolise la nature sauvage dans notre féminité… » ce serait archi plat…* m'explique J5 dont le récit est ponctué de rires.

Toujours dans le registre des félins, C8 mentionne :

> *Des fois, si tu veux ça se transforme où ma panthère, elle est... je deviens la panthère... elle est tellement proche de moi que je suis carrément la panthère...* me dit C8 après m'avoir un instant jaugé du regard, comme pour s'assurer qu'elle serait bien comprise avant de partager cette expérience.

Mais ce ne sont pas que des expériences avec des félins. C3 explicite les sensations et les modifications corporelles lorsqu'il devient l'ours ou lorsqu'il *se confond* avec le bouc :

> *Si tu veux quand je fais appel j'ai très peu d'images visuelles de ce bouc par exemple, il y l'odeur, il y a le chant… c'est vraiment la voix… j'ai un chant très court comme ça mais il… et puis l'odeur… sur le moment pas trop mais après quoi… c'est pas ça l'image c'est plutôt une conséquence… si le bouc était vraiment là, il y a le fait que je sens le bouc* (C3)

> *L'ours, je vais vraiment devenir ours… en tous cas en forêt ou en milieu sauvage… je vais devenir ours… c'est un subtil passage… il y a un moment où ça clique… il y a un moment où il y a une sensation dans le corps qui change quoi… mais c'est bref… il y a un moment où ça fourmille autrement… et du coup c'est plus que tu vois un pote à côté ou que tu sens quelque chose à côté, c'est que… tu es quoi… donc t'as le regard de… ou t'as la sensation qui change… et ça c'est un bref instant où tout à coup ça pchuuuu… ça fait comme un grand frisson… ça a changé de situation…* décrit C3 alors que son torse prend de l'ampleur.

J5 note aussi une modification au niveau du regard et du ressenti :

> *Et pis, justement quand il* (le cheval dans le jeu de sable) *est parti, c'était un petit peu comme si je voyais avec ses yeux ce qu'il était un peu en train de faire, pis j'ai créé un peu ce paysage, j'ai mis des arbres, j'ai creusé un petit*

> *vallonnement, pis j'ai creusé un autre petit vallonnement, pis je sentais ouais il a envie de se cacher, mais il a quand même envie d'avoir du dégagement… donc petit à petit j'ai créé une forêt qui lui convenait. A la fin il y avait un arbre avec des fruits colorés. Et pis là il se sentait bien donc on s'est arrêté là quoi* raconte J5, mimant le jeu de sable en question avec les mains.

En hypnose, H3 vit quelque chose de similaire, non plus avec un animal mais avec un arbre. Elle me dit :

> *C'est vraiment l'arbre qui est présent. Pis je suis face à l'arbre. Pis des fois je peux m'approcher, je m'approche de plus en plus de cet arbre. Pis quand je rentre en communion. Mais souvent.. mais souvent la ressource que j'ai besoin, c'est beaucoup… je sais pas pourquoi… c'est beaucoup de douceur.* (…) *donc je vais souvent chercher de la douceur ou du calme… pis de la force, ouais. Pis tu vois j'en parle pis je sens.. c'est vraiment ici, au niveau du plexus, du tronc, je le sens là l'arbre. Là je le vois. A force de faire l'autohypnose, j'arrive vraiment plus rapidement vers cet arbre.* (…) *ça m'avait surpris que je rentrais en relation à l'intérieur… mais c'est pas vraiment à l'intérieur comme si le tronc était… si j'étais enfermé dans l'arbre… mais c'était plutôt qu'on faisait un* (…) *Des fois je vais le voir, pis je me couche puis je regarde juste ses feuilles. C'est juste un bien-être de la contemplation, je me couche pis je regarde... mais quand vraiment je veux vraiment aller à une ressource ou vraiment j'ai besoin de quelque chose* (…) *Je vais rentrer dans l'arbre, l'arbre, on va faire vraiment une communion avec l'arbre. Pis je vais... c'est comme si mes mains, mes bras étaient les branches... pis j'ai vraiment comme.. je me sens comme un tronc d'arbre, pis c'est là que je m'approprie vraiment l'image pis la ressource* (…) (H3)

C2 clarifie la différence qu'il voit entre ces vécus - dans lesquels les acteur/rice.s *rentrent à l'intérieur* de l'image, *entrent en communion avec*, *deviennent*, *ressentent*, comme le *tiers*, *voient*, *entendent* comme *l'arbre* ou l'animal et parfois même sentent son *odeur* - et la *possession* :

> *Pour moi c'est pas une possession, on se confond. Je me confonds avec ma vision. Je deviens partie intégrante de ma vision et je vis quelque chose à l'intérieur d'une entité. C'est moi qui possède l'entité. C'est ma conscience qui*

> *rentre dans l'entité et c'est moi qui fait l'expérience à travers un autre véhicule. Ce n'est pas une possession. Pour moi la possession c'est le contraire. Je reste dans ma réalité, je me mets en état de conscience modifié en invitant un esprit de venir prendre possession de mon véhicule qui est mon corps. Et là je vis une expérience à travers mon corps mais qui est guidée par un esprit. Et là c'est l'inverse en fait. Alors c'est similaire mais c'est vraiment l'inverse. Quand je me confonds c'est moi qui vais dans l'entité et quand je me fais posséder c'est l'entité qui vient en moi* (C2)

Dans cette optique, les expériences qui suivent pourraient être envisagées comme des *possessions*, du fait que les acteur/rice.s *incorporent* le *guide*, *fusionnent* avec *l'entité*. Néanmoins, il me semble utile de distinguer une possession désagréable et surtout non voulue, d'une incorporation volontaire et agréable. Dans les témoignages suivants il s'agit d'expérience agréable et volontaire. J7 me fait part de ce qu'il a ressenti lors d'une création artistique :

> *Pour moi c'était une sorte de cerf qui était là…* (…) (Ensuite arrive une sphère depuis la gauche) *Il y avait vraiment beaucoup de puissance… quelque chose qui avance de manière* (…) *voilà moi j'y étais quand je le faisais mais je l'ai perçu, donc c'était quelque chose en moi, qui était là, qui apparaissait, comme presque une force divine… inexorable… qui veut exister, qui avance, qui arrive depuis la gauche…* (…) *voilà, une force de pénétration…* (J7)

Parmi les praticiennes « néo-chamaniques », C1 me confie une expérience dans laquelle elle fut brièvement *Marie Laveau, Prêtresse vaudou de la Nouvelle Orléans* :

> *C'était comme avoir accès à sa propre expérience à elle dans un court temps, c'était être elle pendant un court laps de temps… et sentir comme elle pouvait sentir et ressentir… l'empathie qu'elle pouvait ressentir par rapport aux gens qui étaient autour d'elle… et la force qu'elle pouvait dégager à ce moment-là…* (C1)

C4, quant à elle, incorpore régulièrement son guide dans le cadre de ses diverses pratiques chamaniques (soin individuel, gardienne du feu dans des cérémonies, etc.) :

> *Moi j'aime aussi incorporer mon guide… j'aime ça… j'aime le sentir là… c'est beau comme... et pis c'est subtil, c'est dans la finesse* (…) *c'était tellement magique… tu sais une intimité… je sais pas comment dire… c'était jubilatoire*

de… de sentir un esprit à l'intérieur de moi, mais en confiance… (…) *c'est vraiment comme un… en plus c'est un homme… donc je sens que c'est une présence très masculine en moi… c'est hyper agréable parce qu'on a une super relation… je suis un peu amoureuse de lui tu vois… pour dire* (rires)… *c'est vraiment une belle relation quoi… et c'est… je me sens comme un corps d'homme… j'ai l'impression d'avoir les épaules qui s'élargissent… je sens que je ne bouge pas la même chose… j'ai la voix qui change si je chante… il chante pas mal donc… quand il soigne et j'ai une voix vachement plus basse…* me confie C4 sur le ton de la confidence, comme deux adolescentes qui se partagent leurs secrets.

2.7.4 Une relation intime, sensuelle

Je relève d'une part, le fait qu'il s'agit, dans deux exemples, de figures humaines et non pas seulement de figures animale ou végétale, d'autre part, la dimension sensuelle, *intime*, de ces expériences d'*incorporation.* Une intimité que l'on retrouve souvent dans la relation que les acteur/rice.s développent dans leur rencontre régulière et privilégiée avec le même *tiers*, plus fréquemment encore chez les praticiens du « néo-chamanisme » :

Dans une de ces ballades je rencontre cette plante qui m'a vraiment « crouic » j'ai mangé deux-trois baies et puis… ensuite je me suis endormi un peu plus loin et pis là… encore dans un rêve… il y a une magnifique femme qui est venue… on a fait l'amour… et c'était juste hallucinant… et cette image de cette femme… un peu la sorcière Kirikou… black tout ça… et puis voilà, et puis je me suis réveillé, je suis rentré… pis en rentrant j'étais ici… je me sentais un peu bizarre mais voilà quoi… pis tout à coup, je commence à réfléchir, et je dis, ben je sais pas , j'ai mangé trois petits fruits… et du coup je tape sur internet la description… je tombe sur la première image « ah ouais c'est ça… » pis c'était de la Belladone… Bella Dona ! je m'étais mangé la Belladone et j'ai vraiment fait l'amour avec l'esprit de cette plante… qui est une femme possessive… et depuis ben je connais la Belladone parce que ça fait depuis ce moment-là que je la diète de temps en temps, que je vis avec, pis on fait des distillations, des onguents, c'est une plante hyper aphrodisiaque… enfin elle a plein de propriétés… et puis elle m'a ouvert à cette famille… c'est une solanacée… comme la tomate, comme le tabac, comme les aubergines, le

> *poivron… c'est une même famille… et depuis je vis avec cette famille tout le temps…* (…) *cette famille de solanacée c'est devenu ma famille… si j'étais végétal je serais solanacée… et quand je vais dans ma serre, c'est ma famille et… quand je suis dans la forêt je les sens… quand je marche je sens les solanacée, je sens la Belladone s'il y en a dans le coin… dans l'odeur et puis dans la présence…* (…) *il y a un truc hyper fort…* narre C3, alors que je suis profondément touchée de la confiance qu'il me fait en me racontant cet épisode intime.

Je relève également une relation d'intimité dans le témoignage de C5 à propos de *sa* plante *maîtresse*, le tabac :

> *Je pense vraiment, à l'heure actuelle ma plante actuelle c'est le tabac… peut-être qu'il y en aura une autre après mais pour l'instant… elle est là…* (…) *je peux travailler avec d'autres plantes par exemple dans les soins… me connecter à une plante en disant « est-ce que cette plante-là ? » ou « qu'est-ce qui m'attire dans cette plante là pour soigner cette personne ou bien pour me soigner moi ? » ou voilà… ça je peux avoir les messages… mais c'est pas du tout de la même… c'est pas du tout la même force… ni avec d'autres plantes ou d'autres préparation… j'ai pas la même connexion avec l'Ayahuasca, le Peyotl non plus…* (…) *je vais l'arroser chaque jour… ben… voilà… j'ai ça qui se passe… Quand elle est dans mon jardin, je la regarde grandir, je passe à côté, il y a… je vais pas passer sans la regarder… c'est pas possible…* me dit C5 avec une profondeur et un sérieux qui inspire le respect.

Ou alors C6 me dit à propos de son animal allié, l'ours :

> *Chez l'ours je sentais beaucoup le toucher, très cosi... cette présence en commun, quand tu te sens bien comme ça ensemble… beaucoup d'amour… mais c'est différent… c'est pas un amour exclusif ou…* se livre C6, qui relève a plusieurs reprises qu'il faudrait plutôt que je me contente de le vivre plutôt que d'écrire une thèse sur le sujet, insinuant que je perds peut-être un peu mon temps, que je risque de passer à côté de l'essentiel.

L'importance d'un amour non exclusif se retrouve dans le témoignage de H3, à propos de sa relation avec son arbre :

> *Je sens mon arbre. Mais en fait, j'ai jamais pensé que c'est mon arbre, qu'il m'appartenait. Parce que je veux lui laisser la liberté de se casser s'il veut, tu vois* (rires) *ou d'en choisir un autre si je veux. Pis je veux pas dire que c'est mon arbre, quoi. Parce que je veux lui donner... je sais pas... c'est important pour moi... je sais pas… bizarre… c'est important la liberté, non ?* témoigne H3, pour qui je sais combien l'abandon est une question douloureuse.

A côté de ces relations sensuelles, d'amour possessif ou non exclusif, il y a aussi les notions d' « amitié » et de « relation quotidienne » qui reviennent souvent dans les témoignages :

> *Il est toujours là. Tous les jours je suis avec, tous les jours je travaille avec. Je me réveille le matin, ça devient un ami avec qui tu vis. C'est vraiment l'animal. Tu te réveilles le matin, tu sais qu'il est là. Tu peux sentir qu'il tourne autour. Il t'avertit des dangers, il t'avertit de plein de choses* (C8)

> *Je dirai c'est quasi comme un ami, dans le sens que tu dois entretenir cette relation. Un ami ben il est bon de se voir, de se parler, de boire un verre, d'échanger quelque chose. A un ami on peut raconter ses peines, ses joies, ses choses, voilà. Pour moi l'animal de pouvoir c'est pareil. Je dois entretenir ma relation avec lui. Je dois l'inviter, je dois lui parler. Et j'essaye de le faire le plus souvent possible* (C2)

Par rapport à sa relation avec un aigle, C3 mentionne :

> *Là c'est une relation intime au quotidien je dirai, comparé aux autres où c'est comme des amis que tu vois de temps en temps… ou bien comme… c'est presque de l'ordre… c'est une relation d'âme… c'est comme si cet aigle c'était un bout de mon âme ou une partie de… ou je peux justement questionner aller questionner mon âme des moments… c'est moi mais en même temps c'est moi qui est du recul… 'fin.. c'est un miroir quoi… un miroir peut-être idéalisé… mais c'est… ouais c'est vraiment un morceau de moi qui se matérialise de cette manière-là quoi…* (…) *Surtout on joue… on s'éclate ensemble… on rit… on vole… on danse dans l'air…* décrit C3 faisant mine de poser ses mains en miroir contre les serres de l'aigle et de voler.

Qu'il s'agisse d'une relation *intime*, de l'ordre de l'*amour*, de l'*amitié* ou même de *l'appartenance familiale*, un aspect qui semble être fondamental est *la confiance* :

> *Ce qui m'a pris le plus de temps, c'est d'avoir confiance, d'avoir une relation aussi confirmée avec mes esprits alliés, pour pouvoir demander, comprendre la réponse et après le dire… 'fin quand on pouvait le dire… et…de savoir.. ça doit être juste… ça, ça, demande quand même un entraînement je trouve… et heureusement parce que sinon… on a vite fait de balancer un peu n'importe quoi… donc l'éthique dans ce travail c'est extrêmement important…* insiste C6.

2.7.5 Une communication non verbale

Puisque la relation de confiance pour pouvoir demander et comprendre les réponses demande de l'entraînement, intéressons-nous maintenant justement aux aspects communicationnels de la relation acteur/rice.s – *tiers*. Dans le cadre de la pratique « néo-chamanique » C5 me dit à propos de sa manière de communiquer avec *le tabac*, *sa* plante :

> *Elle me parle… voilà… je dirai que… j'entends presque dans la terre le germe à éclore…* (…) *pour moi je l'entends parce que ça réveille en moi comme le battement de la vie…* me confie C5 avec cette sensibilité qui me donne envie de pouvoir, moi aussi, écouter les graines qui germent dans la terre, me relier à la vie qui pulse à l'intérieur, à l'extérieur, sous la terre comme sur la terre.

C8 me confie :

> *Je parle à mon chien. Je parle pas à ma panthère « oh ben viens on va aller se promener ». Tu vois. Par contre je la sens, elle est dans mon énergie et je la sens. Voilà. Ouais* déclare C8 sur le ton de la plaisanterie et en même temps sérieux.

Lorsque C2 fait appel à *son puma* :

> *Ses réponses sont à travers des actes. Et s'il a quelque chose à dire ça devient une idée qui se forme dans ma tête. Une forme de télépathie comme je l'ai souvent répété. Lui ne parle pas, il agit. Et s'il a besoin de communiquer, il te forme une idée dans la tête. Tout à coup ça devient une évidence. « Ah Ok ». Et je sais pas comment mais tu sais que c'est lui qui t'as donné cette idée* (C2)

Si l'on se tourne du côté de l'hypnose, H2 mentionne à propos de la communication qu'elle établit avec *son arbre* :

> *Je ne lui parle pas, c'est plus un ressenti, comme s'il est là pour moi, moi je suis là pour l'accueillir* précise H2, toujours avec autant de nuances.

Et H8, dans sa relation avec *son maître zen* ou avec *ses animaux* :

> *Alors je peux instaurer un dialogue avec lui, lui demander un conseil par exemple… c'est un conseiller... et il va rigoler peut-être comme réponse… c'est-à-dire que les réponses sont quelques fois métaphoriques… comme celles des animaux… quelquefois... vous leur demandez des choses... pis ils répondent pas… il faut que tu fasses ça… mais ils vont nous emmener quelque part où ils vont montrer quelque chose ou ils vont faire quelque chose de métaphorique…* (…) *s'il fait le guignol et qu'il se roule au bord de la rivière et qu'il y a du soleil et tout… c'est peut-être une réponse… c'est la réponse qu'il faudrait un petit peu s'amuser ou quelque chose comme ça…* (H8)

Et parmi les analystes jungien.ne.s :

> *Ce qu'il y a de chamanique c'est que j'ai vraiment l'impression de dialoguer avec ce cheval poisson et qu'il m'apprend quelque chose et qu'il est une sorte d'instance bienveillante comme ça sur quoi je peux compter* m'explique J5 après m'avoir montré plusieures peintures à l'huile du cheval poisson.

Qu'ils communiquent avec des idées qui se forment dans la tête, par télépathie, par actes métaphoriques, par ressenti énergétique, etc., avec l'entraînement, les praticien.ne.s ont donc développé une relation intime et des modes de communications privilégiés avec un *animal* ou des *animaux allié.s*, une ou des *plante.s maîtresse.s*, un arbre, un.e ou des *guide.s*. Nous avions envisagé ces diverses *entités*, comme des *tiers*. Soit des dimensions agentes qui favorisent l'évolution d'une situation dans un *espace symbolique*, *transitionnel*, une *safe place*. Ces *tiers* sont généralement convoqués lorsque le sujet, qui a pris *la posture du/de la metteur.se en scène*, observe des relations conflictuelles, des positions antagonistes, une situation paradoxale. Une situation (la confrontation au paradoxe) qui est, rappelons-le, une des caractéristiques de ces expériences imaginales. Dans les pages qui suivent, nous allons étudier dans un premier temps, comment les praticien.ne.s font eux/elles-mêmes appel à un *tiers* au sein de la relation thérapeutique, puis, dans un deuxième temps, comment ils invitent leurs patient.e.s à convoquer du *tiers*.

2.7.6 Le *tiers* comme guide thérapeutique

C2 commence par souligner une conviction largement partagée par mes interlocuteur/rice.s, soit l'idée que ce ne sont ni des techniques, ni un pouvoir du thérapeute qui soigne, c'est le tiers, qu'il s'agisse des esprits, de la relation thérapeutique, des images, symboles ou métaphores :

> *Moi je suis en retrait, mon ego est en retrait, ma conscience est en retrait, je ne suis que ce canal et je vais demander… dans cet autre monde, l'intervention de… d'un esprit… Quand tu te mets en état de conscience modifié et que tu vas essayer de capter des choses du monde de l'invisible… ben déjà tu t'associes en fait avec tes alliés, tes animaux totems…* (C2)

> *Si je donne un acte à faire c'est que j'ai reçu ça d'ailleurs... c'est pas moi qui vais inventer un acte à faire parce que ce serait cool quoi… souvent je demande et puis s'il y a quelque chose qui se donne…* avec quelque chose du défi dans la voix.

> *Je fais ce qu'on me dit de faire, tu vois ? Je pars avec l'intention de la personne… mais après le guide… ça va être souvent le guide mais ça peut être d'autres alliés, ils vont me montrer qu'est-ce que j'ai à faire quoi… c'est pas moi qui décide du rituel… c'est les esprits qui me disent quoi…* (C4)

> *Je dirai que je me mets en relation avec l'énergie ou les énergies qui sont là qui vont me guider… pour moi c'est cet état de conscience un peu particulière… et durant cela je peux avoir l'indication qu'il faut de l'aspiration, qu'il faut faire des nettoyages, qu'il faut prendre tel instrument, qu'il faut… mettre des fumigations… employer différentes techniques… ça c'est une chose… et pis après il y a l'aspect plus « voyage chamanique » où on va chercher quelque chose pour la personne… ou avec la personne si on fait les choses ensemble… qui est pour moi un des soin, comme l'aspiration est un des soins, voilà…* (C5)

> *Il y a une femme guide avec qui je travaille… qui elle travaille beaucoup avec les chants. Ben voilà, je vois pas, je chante. Et je sais que c'est pas moi* (C8)

Dans ces divers témoignages de praticien.ne.s chamaniques on retrouve l'idée que *ce n'est pas eux* qui agissent. Ils se mettent en relation avec un *esprit*, des *alliés*, des *animaux totems*, un ou une *guide*, une ou des *énergie.s* qui vont les *guider* dans leurs

actions dans le *monde invisible* d'une part, mais qui vont aussi leur *montrer* les *actes* à faire, les *rituels* à donner. Je relève que dans le discours de mes interlocuteur/rice.s il y a toujours l'idée implicite, déjà mentionnée comme étant à la base de ces pratiques, que le/la praticien.ne, *la conscience*, le/la *témoin qui observe*, reste garant.e du *cadre*, de *l'intention*, et de l'*orientation* bénéfique du *processus*.

En hypnose ou dans l'analyse jungienne, les *tiers* vont plutôt favoriser l'émergence d'une *intuition*, induire l'idée d'une *métaphore*, d'une histoire, plutôt que des *actes* ou des *rituels* :

> *Et puis... avec cette aide-là. Ça va me donner une certaine intuition ou un certain calme... il va pas me dire « il faut faire ça et ça » mais cette présence ça va potentialiser quelque chose, ça veut dire, je serai avec du plus grand que moi, et donc ça va me permettre d'être plus audacieuse, par rapport à des intuitions, des réponses que je donne ou l'accompagnement que je fais de la personne* (H8)

> *Des fois par exemple je vais raconter un conte… et dire « ça me fait penser à un conte… » aussi dans l'idée…* (…) *on essaye d'obtenir ce moment de oui, ou ce moment ou la personne, ça touche et donc il y a un regain d'énergie ou de vitalité, d'espoir ou d'intérêt pour la vie ou je ne sais pas trop quoi… 'fin c'est... voilà ça c'est curatif en soi…* (J5)

Dans ces histoires, très souvent interviennent des héros, des personnages mythologiques, qui, nous l'avons vu, dans une certaine mesure peut remettre les sujets en lien avec une dimension polythéiste :

> *Évidemment je ne lui ai pas raconté n'importe quelle histoire… je lui ai raconté des histoires sur la culpabilité… sur comprendre que la culpabilité pouvait figer, pouvait empêcher de penser, pouvait stigmatiser, j'ai raconté l'histoire de Persée qui combat la Gorgone qui présente la culpabilité et l'arrogance de se croire si coupable en même temps. La Gorgone fige tous ceux qui la regardent en face. Donc tout le problème c'est de se cacher derrière le bouclier miroir d'Athéna… Au lieu de regarder directement la Gorgone, Persée. La voit à travers le bouclier-miroir d'Athéna et parvient à lui couper la tête. Athéna représente la sagesse, représente la déesse de la guerre juste, représente une capacité d'objectivation saine, en regardant à travers le miroir d'Athéna, ma*

> *patiente, comme Persée, ne se laisse pas figer, et elle peut couper la tête de la Gorgone et en plus, comme Persée qui tient la tête de la Gorgone dans les mains et qui peut aller figer ses ennemi, elle dispose de nouvelles ressource… c'est-à-dire que ce qui était un obstacle devient un outil… et donc… il n'y a pas besoin de donner toutes ces explications, je ne lui ai donné aucune explication… elle a tout compris toute seule… puis je lui ai aussi raconté l'histoire de Loth…* partage H1, toujours sur le ton de la confidence.

Dans cet exemple, on peut considérer, me semble-t-il, d'une part que le praticien, en lien avec du tiers a l'intuition d'une histoire, d'un mythe approprié en regard de la situation dans laquelle se trouve sa patiente, et par ailleurs, il l'invite à se relier à des *tiers* via Persée, Athéna et la Gorgone.

Dans le cadre des analyses jungiennes, les patient.e.s peuvent non seulement également être invité.e.s à se relier à du *tiers* via la mythologie, les contes, etc. notamment en rapport avec leur rêve, mais par ailleurs, avec l'imagination active, les patient.e.s vont être amené.e.s à essayer de dialoguer avec une ou des figures d'un rêve ou d'un jeu de sable. Par exemple, J6 peut demander à un ou une patient.e :

> *Là justement la mygale* (apparue en rêve ou dans un jeu de sable) *qu'est-ce qu'elle dirait à ce moment-là ou qu'est-ce qu'elle dirait ? » lui rappeler… retrouver un peu l'émotion suscitée par cette image là* (J6)

Ou sinon, par rapport à la figurine d'un chien au milieu d'autres animaux dans un jeu de sable, J2 pourrait dire :

> *« Mais ce chien, comment il se sent par exemple… est-ce qu'il voit un autre animal ou il ne voit pas… ? »* (J2)

Ou au cours d'une transe hypnotique conversationnelle, si une personne est en train de se séparer, ou en *burn out*, H6 me dit :

> *A ce moment-là on essaye de percevoir, de changer… c'est comment si on dessine un monde… vous êtes en burn out… mais ça pourrait être comment avec… qui peut vous accompagner pour changer… je fais des propositions…* décrit H6 dans son grand bureau très clair.

Nous retrouvons l'idée de changement, d'évolution, de transformation, qui comme je l'ai dit est une des principales raisons de faire appel à du tiers. H8 l'explicite :

> *Il y avait sa force de vie qui était un caillou je crois… et puis je laisse évoluer la chose… « en présence de la force de vie quelque chose va nécessairement se passer… »* (…) *Et puis ensuite ça évolue… et quand ça évolue, c'est bon, on est bon ça bouge, donc quand ça bouge, c'est bon, on est bon. Ça c'est, ... voilà, le ciel est devenu tout clair…* (H8)

Elle donne un autre exemple :

> *« C'est quoi votre douleur ? C'est quoi ? » « C'est un paysage lunaire poussiéreux, c'est comme ça depuis des siècles... » Donc c'est pff… « Dans ce tableau, et vous n'y croyez pas vous-même, est-ce qu'il y a un endroit peut-être où il y a plus quelque chose de vivant ? un peu plus ? » et la personne dit « ah ouais, il y a un petit haricot qui pousse » alors je m'émerveille évidemment du petit haricot qui pousse… Respiration qui permet… la respiration est toujours le truc que le processus avance… et puis il y a une évolution, et ça devient un arbre, et puis elle s'appuie contre l'arbre et ça va beaucoup mieux… après on vérifie avec l'échelle de douleur… il y a plus de douleur…* (H8)

Ou encore :

> *pour moi quand une métaphore telle se déroule, c'est ce que j'appelle le processus métaphorique, quand il décrit sa montagne, quand il décrit toute sa transe… je sais qu'on va commencer dans l'horreur et que ça va se résoudre… mais je ne suggère rien, je l'accompagne. Je dis « et alors… et puis est-ce que poilu* (le tiers) *est là ? » je veille à ce qu'il ait ses protections en place… il dira oui… et à ce moment-là ça change, ça se transforme…* (H8)

2.7.7 Recours au *tiers* dans le quotidien

Dans ces derniers exemples nous avons prêté attention à la manière dont les praticien.ne.s, d'une part recourent à du tiers en tant que thérapeute, et d'autre part suggèrent à leurs patient.e.s de recourir eux-mêmes à du tiers. Attardons-nous encore, avant de clore ce chapitre, sur la relation que les acteur/rice.s entretiennent avec les tiers dans leur vie quotidienne, en dehors des pratiques pour lesquelles je les ai rencontré.e.s :

> *L'ours par exemple… si je suis avec cet ours… j'ai un sentiment… je me transforme au niveau de mon rôle de père… c'est comme si je deviens*

protecteur avec mes enfants… je suis un ours quoi… je les protège… il y a un côté… je crois que ça change vraiment ma relation… en tous cas comment je me sens par rapport à mes enfants… où je deviens beaucoup plus… j'ai l'impression que ça prend de la place et que c'est bon quoi… ils ne risquent rien… (…) *Si on est… même dans une ville par exemple… si je me retrouve dans un coin un peu chaud… je pense que l'ours il serait là* réfléchit C3 alors que je sens sa présence qui change, comme s'il prenait de l'ampleur physiquement.

Il y a l'ours qui m'était apparu aussi… à un moment de ma vie où ça n'allait vraiment pas bien… Et, euh, l'ours est apparu comme protection. Tout à coup cet animal m'a permis de me calfeutrer, de me cacher, et lui il gardait l'entrée pour que je puisse me soigner, m'en sortir, reprendre mon souffle et mes forces, etc. Et l'ours était le gardien de ma grotte de guérison, on va dire... de ma chrysalide me dit C2 dont le partage me touche.

Je la sens quand elle (la panthère) *est nerveuse, ou qu'il y a quelque chose qui approche… et je la sens vraiment… et là je m'arrête et j'essaye de comprendre ce qui se passe... et je me dis « ben voilà, il y a quelque chose en ce moment qui joue pas ». C'est quelque chose qui m'avertit... de quoi je sais pas... tu vois je veux dire... mais il y a quelque chose qui se passe qui est pas juste, qui est pas... et pis alors je fais un petit nettoyage. Ou alors je prends cinq minutes pour essayer de sentir ce qui se passe et voilà* (C8)

Tu vois par exemple dans mon travail où tout à coup, je pourrais sentir qu'il se passe des choses… il y a un enfant qui va pas bien du tout ou comme ça… alors jamais je vais faire un soin chamanique ou comme ça… mais je vais l'appeler (mon guide du monde d'en haut) et je vais lui dire « voilà maintenant tu m'aides, qu'est-ce qu'il faut que je fasse ?… (…) *et pis peut-être tout à coup je vais avoir un flash, un truc que je dois faire… ouais…* (C4)

J'imagine que si je suis confrontée en particulier à la mort ou à la mort de quelqu'un ou comme ça, ben je vais pouvoir… renouer cette relation avec le cheval poisson pour… pour pouvoir penser la mort de cette personne, par exemple… 'fin pouvoir faire (J5)

> *Chaque fois qu'il faut me laisser aller dans quelque chose, je vais pouvoir éventuellement penser à l'encolure de ce cheval poisson puis on ne sait pas trop ensuite ce qui va se passer*. (J5)

> *Je l'utilise quand j'ai besoin en fait de calme, quand j'ai besoin, que je sens que je suis pas centrée en fait... 'fin je me trouve un peu éparpillée, stressée.* (…) *Il y a des choses qui me stressent. Comme parler devant un groupe. J'aime pas* (…) *Là je vais faire, je vais revenir ici, mon regard à l'intérieur, je vais vraiment aller à ce niveau-là. Pis je vais aller retrouver un peu... je verrai pas nécessairement mon arbre mais je vais juste retrouver un peu l'essence, quelque chose de pur… je sais pas comment… comme quelque chose. Je vais prendre des respirations pis je vais le sentir. Pis je vais avoir plus confiance en moi. Donc ça je sais que je l'utilise. Ouais dans des situations de stress, par exemple... disons…* (…) *si j'ai une réanimation ou vraiment quelque chose à l'hôpital... je vais me recentrer, tu vois. Je vais comme revenir là* (H3)

Je relève que les praticien.ne.s dans leur vie quotidienne recourent à un tiers, leur *animal de force*, leur *guide*, leur *arbre*, soit pour protéger ou se sentir protégé, pour être averti.e.s de l'imminence d'un danger, pour accéder à des ressources dans une situation stressante. Si je reviens au terme de « psychopompe », il me semble pouvoir faire le rapprochement entre le *psychopompe* qui permet d'explorer des *frontières inconnues*, de s'aventurer dans des *mondes invisibles* ou *effrayants* tels que *la vallée de la mort* et le recours au *tiers* qui permet de se sentir en sécurité, en confiance dans des situations difficiles, devant d'éventuels dangers.

C4 mentionne que dans une situation stressante, de danger, parfois, elle va « *avoir un flash, un truc que je dois faire ».* Tout comme des hypnothérapeutes et analystes jungien.ne.s relevaient qu'ils vont avoir, plus facilement en convoquant un tiers, une *intuition*, l'idée *d'une métaphore* pour accompagner un.e patient.e. C'est à ces « *flashs* », à ces *intuitions*, que je vais consacrer le prochain chapitre. Dans la partie analytique ethnologique, en me référant aux écrits de Bruno Latour et Tobie Nathan sur les *fétiches,* je ferai les liens entre le recours aux *tiers*, l'exploration de *l'inconnu*, de *l'invisible* et les *intuitions* créatives.

Si je récapitule, nous avons vu, au travers du discours rapporté des acteur/rice.s rencontré.e.s dans le cadre de cette recherche, que porter son *attention aux perceptions*

amenait à *se relier* à la *nature*, à l'environnement, à intégrer une *problématique* dans du plus vaste plutôt que d'en faire un *symptôme* en l'*isolant* et en la *figeant*. Mes interlocuteur/rice.s rapprochent cette expérience d'un vécu expérimenté dans l'*enfance*. Un vécu qu'ils/elles associent à ce que doit ressentir un *animal inséré dans son contexte*. Une expérience qui nécessite de recourir aux *images* car *c'est* plutôt *confus au niveau des mots* et *de l'identité*. Néanmoins ce qui distingue peut-être cette expérience du vécu de l'enfant ou de l'animal, c'est probablement le double *positionnement psychique* que requièrent ces pratiques. En effet, nous avons relevé qu'il s'agit pour les sujets, non seulement de se vivre *inséré.e dans un contexte*, *absorbé dans un monde perceptif*, mais aussi d'adopter *la posture du metteur en scène*, du *témoin qui observe* ce qui se joue dans *l'espace transitionnel*, *symbolique*. Nous avons abordé le débat autour du statut des figures imaginales qui jouent dans cet *espace*, et du statut de *l'espac*e lui-même. J'ai noté une ambivalence et des divergences tant dans le propos que dans le vocabulaire des acteur/rice.s autour des notions d' « *intériorité* » et d' « *extériorité* », de *projections* de *parties de soi* ou *du Soi*, de *Complexes-esprits*, de *symboles-esprits*, ou d'*esprits autonomes* avec leur *intelligence propre*. Nous avons retrouvé les mêmes divergences et ambivalences autour du statut des *tiers* quel que soit le nom que les praticien.ne.s leur donnent (*esprits*, *tiers*, *projections*, *images*, *symbole*, *complexe*, *archétype*, *inconscient*, *force de vie*, *partie sage*, etc.) la forme qu'ils prennent (*animaux*, *plantes*, *humains*, *ancêtres*, *guides*, etc.), la manière dont ils s'expriment (au travers des *gestes des mains*, de la *respiration*, du *chant*, d'une *odeur*, d'un *objet*, d'une *figurine*, d'une *figure imaginale*, de la *relation*, d'une *métaphore*, etc.). Les praticien.ne.s pourtant s'accordent sur le fait que *le recours au tiers* permet, face à des conflits, antagonisme, et paradoxes - emblématique de *l'espace symbolique* - de remettre du *mouvement*, de faire *évoluer* la situation, de permettre à une problématique de se *transformer*. De même en présence de ces tiers, les acteur/rice.s se sentent *protecteur/rice.s* et *protégé.e.s,* soit plus attentif/ve.s au *danger*, plus capables de mobiliser des *ressources*, de faire face à des *peurs* ou des difficultés. Avec ces « psychopompes » ils/elles se sentent en *confiance* pour explorer des *mondes invisibles*, *inconnus*. Dans le prochain chapitre, j'aborderai la manière dont ce dispositif est à-même d'engendrer du nouveau, une transformation.

2.8 Un processus créateur

Dans les pages qui suivent, je rends compte des *cadeaux* que peut offrir le dispositif présenté jusqu'ici. Si la mise en place du dispositif ne garantit pas un *insight*, une *révélation*, une prise de conscience radicale, cela génère néanmoins pour ainsi dire systématiquement un mouvement *autonome*, quelque chose *se constelle*, *ça se fait*. Il est cependant courant que le processus débouche sur une *surprise*, un *cadeau*, un *symbole*. Je développerai les propos recueillis à propos du *symbole* qui « réunit des éléments séparés ». De même, je rapporterai les interprétations que mes interlocuteur/rice.s envisagent comme plausibles à propos du processus.

2.8.1 *Ça se fait*

On ne peut pas convoquer très volontairement des images (H8) me dit H8 : Mais par contre, selon J2, on peut *préparer le terrain pour que ça puisse se produire, pour que ça puisse… à un moment donner faire « tilt » comme ça…* (J2). Et c'est ce que nous avons vu jusqu'à présent, c'est-à-dire comment *préparer le terrain*.

Chacun de ces aspects des pratiques peut être considéré comme le *travail qu'on peut faire, pour qu'à un moment donné ça se passe…*(J2). A un moment donné, *une partie s'enclenche ça appelle la suite mais on ne sait pas vraiment ce qu'on va faire avec nos mains et ces figurines* (J5), *c'est une autre langue qui parle en moi, sans que je le décide en dehors de ma volonté… justement c'est des images… ce n'est que des images…* (J6) *il y a ces petits mouvements idéo-moteurs qui se font, pis on les sent se faire, pis c'est tout à fait indéniable qu'on sent, par exemple, que ça veut se tordre comme ça ou que ça veut se lever* (J5) *quand on malaxe la terre pour la chauffer pour qu'on puisse la travailler… en pensant à rien du tout… enfin.. on ne part pas d'un projet qu'on cherche à réaliser, on n'a pas un forme, ici, qu'on va faire passer dans la terre… c'est plutôt les mains, qui… tout à coup on se rend compte que ça part dans une direction… qu'on n'a pas cherché à atteindre… on n'a pas un modèle préétabli... donc on est là, on a ce bloc de terre devant soi… et puis on le chauffe donc là il y a tout ça… donc pas mal de rêverie par rapport à la matière, par rapport à la terre… et pis après quand on est dans le « laisser advenir » la forme qui… justement… à un moment donné on sent qu'on a le masque qui vient… mais c'est pas, c'est pas ce qu'on a voulu tel ou tel au départ, c'est que tout à coup ça prend forme dans les mains, de manière autonome…*(J1) *et puis on regarde comment l'image se transforme toute seule… et puis l'opération opère*

quoi…il y a des transformations au niveau de l'image ce que je trouve assez magique… 'fin c'est beau… (J7)

Ainsi, après avoir *préparé le terrain* comme décrit dans les chapitres précédents, *à un moment donné ça se passe*, *la partie s'enclenche*. Et que ce soit au niveau des *images*, des *mains*, des *doigts*, de la rencontre avec *la terre*, la matière, des *figurines*, *l'opération opère*. C'est *magique*, c'est *beau* relève J7, *ça circule, il y a de la joie c'est l'indice, la joie c'est l'indice*… (H1) renchérit H1.

Le processus va durer, se répéter au cours des séances, sans que le/la thérapeute ne sache combien de temps avant que « *ça connecte* » :

> *On n'a pas de contrôle sur quand c'est que ça va connecter… ça connecte quand ça doit connecter parce que la personne est prête*… (J6)
>
> *Moi je dis aux personnes que le propre du travail avec l'inconscient c'est de ne pas savoir combien de temps ça va durer* (…) *c'est vraiment un processus qui peut prendre du temps… il faut être prêt à… le maître c'est le processus… c'est quand en alchimie, l'élève il est dévoué au processus alchimique… et c'est quelque chose qu'on sent… ou en tous cas c'est important d'essayer de le sentir pour être au service de ça…* (J1)
>
> *Des fois j'aimerais que le soin parte plus vite… parce que des fois, il me faut trois minutes pour être en état de conscience modifié et des fois il me faut un quart d'heure… et ben un quart d'heure c'est long quand vous attendez quelque chose qui ne vient pas… voilà, c'est se permettre d'avoir ce temps et puis dire, « ben voilà il faut que je me mette suffisamment en état de réceptivité pour que ça vienne spontanément sans que ça soit mon mental qui guide » et puis oser se dire… « voilà, ça a été un moment mais il n'y a rien qui était prédominant ou il y avait trop de choses… et puis comment les choses doivent se mettre en place pour pouvoir commencer à faire un travail… » Mais en principe je me fais toujours confiance… je fais confiance aux énergies qui viennent et je me fais confiance dans ce qu'elles me montrent*… (C5)

Il ressort donc de ces citations que le processus nécessite de la *confiance*, ainsi qu'une certaine humilité. Il s'agit bien de ce *positionnement psychique* paradoxal au sein duquel si le sujet reste *garant* du processus il n'en est pas le maître. C8 raconte :

> *Au début je comprenais rien. Quand tu vois une sorte de poterie cassée dans le ventre, t'es là... t'as beau essayer de réfléchir… avec une peinture rouge ! Pour moi c'était vraiment un vieux vase chinois qui était cassé. Et me dire, un vieux vase chinois ça me ramène à quoi ? Tu vois… alors quand j'essayais mentalement d'analyser, ça voulait rien dire… mais alors absolument rien dire… Quand après, je laissais simplement passer ces images, et que je les visualisais simplement… J'observais. J'étais observatrice de ce qui se passait… Et ben je voyais qu'il y avait quelque chose qui se reconstruisait. Un vase transparent, épais, en cristal, qui est devenu une toute autre forme, qui était assez, comme plus… un tuyau... c'était un vase tuyau. Et puis après il a carrément grandi jusqu'à ma tête, il s'est pas arrêté simplement dans le ventre. Et que là, à un moment donné il y a une lumière qui a traversé ce vase. Alors voilà c'était tous les jours j'observais, mais j'analysais pas. Je me souvenais exactement de ce qui s'était passé avant, parce que chaque fois que je m'arrêtais ça recommençait au moment où je m'étais arrêté. C'est pas que j'avais une autre image qui est apparue... c'était vraiment la suite du film… ça c'est vrai, c'était intéressant*. (C8)

2.8.2 Une *surprise*, un *cadeau*

Si rien n'est garanti, si *les images ne peuvent pas être convoquées volontairement*, s' *il y a des moments où on est en contact et des moments où on l'est moins… 'fin des moments où ça nous touche plus que d'autres… justement… des moments de crises, quand il faut prendre des décisions, aller dans une direction ou une autre ou agir…* (J6) néanmoins, généralement, note J1, *Le fait de prêter attention… de respecter… d'être dans une sorte de respect… d'attendre que l'inconscient se manifeste… on va recevoir des cadeaux…* (J1). Plusieurs praticien.ne.s expriment cette idée de « *cadeau* » :

> *Je le considère à la fois comme un cadeau… quelque chose qui m'a vraiment été donné à dessein… une information qui m'a été donnée à dessein, mais par qui… je sais pas…* (C1)

> *Tu ouvres, et puis il y a quelque chose qui vient, et pis tu le comprends pas quoi… et pis… « ok d'accord, faisons confiance » et pis tu te rends compte*

> *qu'ils en savaient bien plus que toi… que c'était juste le parfait cadeau et pis que c'était juste ce que tu avais besoin…* (C7)

> *Grâce à l'image je peux recevoir un nouvel aspect dans ma vie en quelque sorte, qui vient de plus profond que moi... je sais pas comment dire…* (J5)

Mes interlocuteur/rice.s stipulent que ces *cadeaux* ou ces *prises de consciences* arrivent « *tout à coup* » :

> *On laisse l'énigme flotter… se promener… et tout à coup on peut avoir une intuition…* (H8)

> Une intuition, une image *qui résonne et qui ouvre une porte* (H6)

> *Avant de décider de divorcer… j'ai rêvé que mon ex-mari était derrière une vitre de verre et je pouvais pas l'atteindre… et ça, ça, m'a fait une prise de conscience (…) je savais qu'il y avait des choses qui n'allaient pas.. mais on n'était pas prêts à affronter la réalité comme ça… donc il y a des choses comme ça… très puissantes qui m'ont fait une compréhension subite.. où tout à coup ça a changé aussi ma vie…* (J8)

> *Tu sais en allemand il y a un très bon mot pour des idées… on dit « ein Einfall » ça veut dire « ça tombe dedans » et vraiment je le sens comme ça… j'ai des « Einfälle »… tout à coup c'est là* (…) *ça tombe dedans c'est comme si ça venait… je ne sais pas* (C6)

Il y a un *effet de surprise,* ce qui apparaît est *totalement nouveau,* jamais *conçu*, *jamais imaginé*, *jamais pensé* auparavant :

> *Je crois que pour moi ce qui est vraiment important… et je l'ai écrit quelque part* (rires) *dans mes réflexions* (dans un article d'une revue sur le jeu de sable)*… c'est que pour moi ce qui est très important dans tout ça, dans tout ce qu'on peut vivre, dans l'imaginaire, imaginal, symbolique, tout ça… c'est quand même en fin de compte la prise de conscience… la prise de conscience « ah c'est ça qui m'habite, c'est ça qui vit en moi, c'est ça qui… existe en moi… toujours dans cette dimension de la surprise… parce que si ce n'est pas une surprise c'est déjà du préconçu, du pré-pensé* (…) *et pour moi plus (je réfléchis sur tout ça, c'est vraiment une notion très importante… qu'il y a des surprises… qu'on peut vivre à travers l'imaginaire ou l'image, ou la symbolique.. ces*

> *surprises… voilà quelque chose qui se montre de façon évidente… qu'on n'aurait jamais pensé, enfin qu'on n'aurait jamais réfléchi, fin.. on n'aurait pas eu accès à ça par seulement l'analyse du passé ou…*(J2)
>
> *C'est quelque chose de totalement nouveau… complètement et radicalement nouveau… imprévisible… impensable… et pour cause… on peut pas penser… donc c'est quelque chose de nouveau qui fait irruption…* (H2)
>
> *Moi je ne savais pas que j'aimais les abeilles... je l'ai appris à ce moment-là… jamais imaginé que c'était cet animal chamanique-là qui viendrait pour m'aider dans la transe… jamais imaginé ça… c'est arrivé… c'est tout* (H1)
>
> *Ca c'était une image qui m'a surpris… c'est pour ça que je l'ai choisie… tout à coup, l'impact que ça a eu sur moi, tout à coup, sur le moi…* (J7)

Le terrain a été préparé, *une partie s'est enclenchée*, *de manière autonome l'opération opère*, *dans la joie*, et puis *tout à coup*, souvent, les acteur/rice.s reçoivent *un cadeau*. Une *prise de conscience*, une *surprise*, quelque chose de *radicalement nouveau*, que mes interlocuteur/rice.s envisagent comme *une rencontre, la réunion de différents éléments :*

> *Ce que j'essayais d'expliquer sous forme « d'effet de surprise », c'est comme si on était quand même comme rencontré par quelque chose qui ne vient pas de nous* (…) *comme si on était rencontré par quelque chose du mystère du monde ou de la réalité qui se cache derrière cette réalité-ci qui est relativement restreinte* (…) *pour moi une image est une interface. Je pense à quelque chose comme ça. Elle est… c'est un connecteur…* (…) *ce serait comme un relais entre deux sortes de réalités* (J5)
>
> *Oui il y a une rencontre…* (…) *mais la rencontre c'est pas toujours visible. Simplement tout à coup, les choses sont claires…* (J6)
>
> *On est très concentré et tout d'un coup, il y a comme ça une… une image qui… qui réunit des éléments d'une façon créative aussi…*(J2)
>
> *C'est vraiment à un moment donné, c'est beaucoup plus fort, il y a vraiment une image qui fait sens et que je vis comme un mandala… et qui est très significative… et qui relie toutes les parties de mon psychisme… donc qui fait appel à tous les sens… à l'éprouvé dans sa globalité…* (H2)

> *Il y a dans la tension des opposés qui peuvent nous habiter… on les porte, on les travaille, on les réfléchit, on en souffre… et puis le symbole ce serait ce troisième qui peut tout à coup… naître pour les unifier…. Pour créer une unité, pour créer quelque chose… voilà qui se centre, qui s'unifie, qui apaise la tension, dans quelque chose qui naît, une image qui naît de ça…* (J2)

> *A l'instant du « kling »*, *souvent l'émotion comme ça submerge ça veut dire que cette sorte de résistance, de tension qui faisait que tout était figé, pouf elle se lâche et puis l'expression émotionnelle est la première chose qui vient lorsque cette sorte de lutte insoutenable est libérée…* (H4)

> *C'est des images qui réveillent des émotions… c'est des images qui laissent une trace… pas nécessairement la trace de l'image mais une qualité émotionnelle… quelque chose qui s'impose à moi* (J6)

Pour Roustang (2003 : 52), puisque *les* « images » sont « infiniment plus riches que toutes interprétations généralisantes ou même spécifique », puisque « une seule image (…) résume la complexité infinie d'un rapport au monde », « Tout patient qui invente l'image efficace est un artiste ou un sage. L'artiste qui se glisse tous les jours entre le rêveur et le tout petit enfant. Imagination encore entre le rêve et la réflexion parce qu'elle est indispensable à la mise en forme de la création » (Roustang, 2003 : 52).

Si je résume, les praticien.ne.s relatent que *tout à coup*, *une image, un symbole* comme *troisième* terme *naît*, *crée une unité*, *réunit les éléments*, *relie toutes les parties, réorganise les pièces du puzzle*, et *la tension qui faisait que tout était figé lâche, l'émotion submerge.*

H4 rajoute que parfois

> *le « Kling »*, *se fait lors de la séance par l'échange… alors que dans une dimension plus intérieure, le moment du « kling » peut se faire trois jours, quinze jours après… et c'est pas dans l'interaction directe entre le client, le patient et le thérapeute que le « Kling » va se faire, c'est davantage dans la structure intérieure… comme si,* (…) *comme si les pièces du puzzle avait été mises en mouvement par le travail hypnotique mais que la fin du travail hypnotique n'est pas synonyme de la fin du mouvement… les pièces continuent*

> *à se réorganiser et puis peut-être une semaine après, à travers un rêve, à travers une pensée ou à travers une prise de conscience, le changement arrive à la conscience* (H4)

H1 recourt aussi à l'exemple du puzzle :

> *Les images, elles ont cette fonction aussi où peu à peu… le puzzle se reforme* (H1)

2.8.3 Le *symbole*

Mes interlocuteur/rice.s sont nombreux à se référer à l'étymologie du mot « *symbole* » pour faire le lien entre les *images* et cette *surprise*, ce *cadeau*, qui *tout à coup*, *relie*, *unifie*, *réunit les éléments, reforme le puzzle* :

> *J'utilise le mot « symbole » pour cette expérience, si je reviens à ça... parce que je vois mes mains qui font ça… c'est cette totalité… c'est qu'à un moment donné il y a, ça réunit et ça ramène dans un espace beaucoup plus vaste… (…) pour moi c'est le mot qui me convient le mieux… parce que… ça a à voir avec un sentiment de totalité, et ça a à voir avec une grande polarité, et le vécu d'un paradoxe…* (H2)

> *Voyez « sumbolon » c'est mettre ensemble hein… donc il y a vraiment deux faces et puis il y a cet Unus Mundus mystérieux dans lequel c'est totalement unifié. Mais nous on voit ça et puis on voit ça… on ne peut pas les voir les deux en même temps…* (J5)

> *Le symbole… c'est en quelque sorte cette réassociation qui s'est faite pour lui entre deux choses de nouveau qui étaient tendues… lui il en souffrait parce qu'il était empêché dans sa vie par rapport à cela… et puis… cette solution elle est venue d'elle-même* (…) *« symbolos » c'est comment on associe comme ça une image, une représentation, une image de l'esprit ou l'imagination à la vie…* (H5)

> *Un symbole il unit deux mondes, le conscient et l'inconscient…* (J1)

Donc le symbole est à la jonction entre l'image... qu'on crée... et celui qui regarde… (H1)

Des points de vue partagés par un des auteurs d'un des dictionnaires des symboles de références pour les jungien.ne.s :

« A l'origine, le symbole est un objet coupé en deux, fragments de céramique, de bois ou de métal. Deux personnes en gardent chacune une partie, deux hôtes, le créancier et le débiteur, deux pèlerins, deux êtres qui vont se séparer longtemps… En rapprochant les deux parties, ils reconnaîtront plus tard leurs liens d'hospitalité, leurs dettes, leur amitié. (…) Par analogie, le mot s'est étendu aux jetons, qui accordent le droit de toucher soldes, indemnités ou vivres, à tout signe de ralliement, aux présages et aux conventions. Le symbole sépare et met ensemble, il comporte les deux idées de séparation et de réunion ; il évoque une communauté, qui a été divisée et qui peut se reformer. Tout symbole comporte une part de signe brisé ; le sens du symbole se découvre dans ce qui est à la fois brisure et lien de ses termes séparés » (Chevalier, 1982 : XIII).

« C.G Jung appelle fonction transcendante[66] (…) cette propriété des symboles d'établir une connexion entre des forces antagonistes et, en conséquence, de surmonter des oppositions et de frayer ainsi la voie à un progrès de la conscience » (Chevalier, 1982 : XXIII).

Dans un article, un de mes interlocuteurs écrit :

« Jung définit la fonction transcendante comme étant la faculté que possède l'inconscient de sécréter un troisième terme dans des situations de polarité apparemment indépassable. Pour trouver l'issue, on peut s'en remettre à cette fonction qui réunit les opposés dans une conjonction dynamique. Cela veut dire qu'il s'agit de supporter le conflit jusqu'à ce que surgisse l'événement inattendu qui retourne la situation ou la place sur un autre plan. La solution créatrice peut apparaître comme un renouvellement porteur de vitalité et de sens, comme un salut divin » (Chalverat, 2011 : 166-167).

Il apparaît donc que, pour les praticien.ne.s interrogé.e.s, comme pour Jung, selon les auteurs d'un dictionnaire des symboles jungien, le symbole résout un *paradoxe*, transcende une *polarité*. Ces *paradoxes* et *polarités* peuvent se situer entre deux faces d'une problématique, entre *deux mondes*, entre *le conscient* et *l'inconscient* mais aussi

[66] Rappelons qu'il s'agit du premier nom que C. G. Jung avait donné à « l'imagination active » (Jung, 2018 : 47).

à la jonction de *l'image* et de *celui qui regarde* ou entre *une image* et *la vie*. Alors que *la tension entre les opposés* se résout, nous l'avons vu, *l'expression émotionnelle est la première chose qui vient*, puis il y a un regain d'*énergie*, *un renouvellement porteur d'énergie* :

> *Le symbole va donner du sens… va amener l'énergie…* (H1)
>
> *C'est un transformateur d'énergie dit Jung… c'est quelque chose qui nous… qui crée… c'est le troisième terme qui remet en mouvement le tout…* (J1)
>
> *Le symbole on l'a décrit comme une image qui a une force… un impact…* (J7)

Enfin, pour conclure temporairement sur le symbole, J1 stipule que *le symbole c'est… Jung dit… c'est la meilleure expression possible de quelque chose d'inconnu encore… quelque chose que le conscient ne peut pas appréhender… le conscient ne sait pas encore ce que c'est… ou n'arrive pas à mettre la main dessus… ou ça bloque… 'fin … et le symbole vient là pour…* (J1)

Avant de nous intéresser plus avant aux interprétations de ce processus selon les praticien.ne.s, arrêtons-nous sur le même processus – lorsque *tout à coup* ça fait *« kling »* - mais du côté du thérapeute :

> *Avec les patients c'est la même chose quand j'ai tout à coup une forme d'intuition, en me disant mais c'est dans cette direction que je dois aller, ou c'est cette histoire-là que je vais raconter… l'image vient quand je dois construire l'histoire, mais l'idée elle est auditive… tout à coup j'ai une sorte de voix qui me dit « ça »* (H4)
>
> *Je me laisse complètement guider et il me vient des trucs incroyables de fois, des citations parfois, des bouts de poèmes, voilà… et puis j'observe la personne…* (H8)
>
> *L'intuition c'est des images intérieures qui se formulent, qui se mettent en place, parce qu'on capte des tas de choses… on est des « piqueurs » télépathiques… on pique tout, on pique, on pique, on pique et puis tout à coup on va faire miroir de ce qu'on a piqué…* (H1)
>
> *Quand je suis avec un client, un patient par exemple... j'aurais une image… et quelque fois je partage avec la personne.. quelque fois pas… souvent quand je partage avec la personne que je viens d'avoir telle image ça leur dit quelque*

chose.. souvent ça les étonne… ça leur donne une nouvelle piste.. ça tourne la thérapie dans une nouvelle direction… ou on a une compréhension… ou c'est quelque chose que la personne ne m'a jamais dit mais que moi j'avais besoin de savoir pour pouvoir aider la personne… donc c'est vraiment utile… (J8)

Je dirai que c'est des choses qui me viennent en tête, qui peuvent être justement des hypothèses sur la situation du patient, ou simplement qui me viennent comme ça.. et puis ça… des fois ça repart… mais j'aime bien si je peux les stocker.. parce que souvent c'est des choses qui vont me donner des éléments par la suite… je ne les comprends pas.. pas forcément… je ne sais pas pourquoi j'ai eu cette image là mais.. j'aime bien me dire « tiens c'est pas par hasard si elle est venue (J4)

Ca m'aide hein… tous ces années, je pense, l'expérience elle y est pour beaucoup, j'ai des informations très précises. Ca ça m'aide dans le sens où les gens se disent « enfin comment elle sait ça ? » « enfin oui c'est exactement ça.... » Ca c'est pas des raisonnement psychologiques, c'est vraiment ce qu'on me montre quoi… et ça, ça, me fascine moi aussi à chaque fois qu'il y a ça (C6)

2.8.4 *Mise à jour* et *recadrage*

On retrouve l'apparition d'*images*, d'idée ou de *voix* qui *tout à coup* donnent aux thérapeutes des *éléments* de compréhension, une *nouvelle piste* pour la thérapie. Les praticiens d'hypnose parlent de « *recadrage* » lorsqu'ils cherchent à donner une explication à l'apparition de ces *intuitions*. Pour H4,

L'objectif du travail thérapeutique est de créer un nouveau cadre pour mettre le problème, qui reste le même, dans un autre cadre alors on peut lui donner un sens différent. Et en étant capable de donner un sens, d'interpréter différemment le problème alors on commence à l'envisager différemment et ça ouvre des espaces de possibilités qu'on n'avait pas lorsque le problème n'était pas dans ce cadre-là. Et ça, c'est le propre de tout travail thérapeutique (H4)

Milton Erickson… ça avait beaucoup travaillé toute une génération de thérapeutes quand il disait que les symptômes c'est une ressource… il ne faut jamais s'attaquer aux symptômes, il est utile le symptôme… et il comprend tout… il comprend le… donc ne nous attaquons pas à cela… (H5)

Selon Thierry Melchior, linguiste et formateur d'hypnose (notamment de l'une de mes interlocutrices) : « Le comportement de l'être humain est, de toute évidence, largement gouverné par les représentations qu'il se fait de la réalité, la manière dont il la décode et lui donne sens (…) (Dès lors) On peut considérer qu'une large part des problèmes que la psychothérapie a à connaître résultent d'un traitement de l'information qui fait des réalités concernées quelque chose de désagréable, de douloureux, de problématique. En agissant au niveau des représentations, il est possible de modifier ce traitement de l'information dans un sens qui peut mieux convenir au patient. C'est le « recadrage » ou changement d'attribution de sens, qui est, comme l'a montré l'école de Palo Alto, une des opérations majeures de la thérapie. La thérapie est sans doute avant tout un art de favoriser un changement de représentations, et donc de réalité, permettant un changement d'attitude par rapport au « problème » (Melchior, 1998 : 297).

François Roustang, s'il le formule différemment, me semble cependant s'inscrire dans la même perspective : « l'imagination reste la folle du logis, celle qui peut nous entraîner à l'illusion et aux chimères, mais dont nous avons tout de même grand besoin pour mettre à jour notre stock d'habitudes, d'idées toutes faites, de soumission aux idées reçues. Du point de vue de la veille généralisée67, elle est le moyen de prélever quelques liaisons inouïes capables de rajeunir notre raison fatiguée de ses répétitions lancinantes. Comme tous les inventeurs, créateurs ou artistes le savent, c'est elle qui dans la nuit de la confusion passagère nous éveille à une intelligence recommencée des êtres, des choses et du monde » (2003 : 49).

Ainsi, la thérapie – du moins avec l'hypnose comme outil – consiste, selon mes interlocuteur/rice.s et leurs auteurs de référence, à *créer un nouveau cadre*. Un cadre qui *ouvre* un *espace* où *toutes les possibilités peuvent circuler librement*. Un espace qui permet *un changement de représentations*, qui permet de *mettre à jour notre stock d'habitudes*, *d'idées toutes faites*, de *donner un sens différent au symptôme*, considéré dès lors comme *une ressource*. Nous retrouvons le principe d'offrir *un cadre qui ouvre un espace* (chapitre 3.4). Nous comprenons l'intérêt de ne pas figer ce cadre - important

[67] Expression qu'il emploie pour désigner l'état hypnotique.

pour *orienter le processus* - dans un *objectif* mais de l'envisager plutôt comme une *intention*, une *orientation* pour qu'il puisse évoluer de manière à permettre *un changement de représentations* et *donner un sens différent au symptôme*. Nous retrouvons également l'idée de ne pas *figer*, *isoler* et *cloisonner* une *problématique* qui devient alors un *symptôme* mais de replonger la problématique dans un *contexte plus vaste*, notamment en portant son *attention aux perceptions*, aux perceptions en général et à ce qui entoure le sujet en particulier. Nous comprenons l'intérêt de cette *absorption dans le monde perceptif*, l'intérêt de retrouver ce vécu que les acteur/rice.s rapprochent d'un *vécu de l'enfance*, ou de *l'animal inséré dans son contexte* (voire chapitre 3.2). Enfin, cela nous donne un nouvel éclairage sur le rôle du *tiers*, du *psychopompe*, qui d'une part, facilite *l'exploration de mondes inconnus*, parfois *effrayants*, d'autre part, permet de *transcender* les controverses et *paradoxes* (chapitre 3.5). Des *oppositions* et des antagonismes presque inévitables lorsqu'on *s'ouvre à des espaces de possibilités* et qu'on ne se cantonne plus à une réalité « prise comme allant de soi ».

Revenons à cette idée de *réinsérer la personne dans* un *contexte* plus vaste, notamment par le biais de *l'attention aux perceptions*, pour favoriser dans *la nuit de la confusion passagère* l'émergence de *liaisons inouïes*, entre les *différentes dimensions*, entre les différentes *ressources*. Pour H4,

> *C'est que la personne soit dans un état où… les différentes dimensions de ses ressources sont reliées entre elles… moi je pense que on a des ressources à différents niveaux en nous… il y a des ressources de notre esprit… il y a des ressources de notre corps… il y a des ressources dans notre imaginaire… il y a des ressources dans notre dimension plus spirituelle, notre âme, et que… toutes les ressources ne se trouvent pas à un seul endroit… elles sont réparties à différents endroits et que si l'on veut en profiter il faut que ces différentes dimensions soient reliées, connectées, pour qu' une fois dans l'état hypnotique l'esprit inconscient puisse avoir accès à ces ressources qui sont à différents endroits… et je pense aussi que nous sommes des êtres reliés à un ensemble ou à un monde plus grand… que ce soit relié à la terre… que ce soit relié… à l'univers… même pas dans sa dimension très globale… mais au nuage, au vent, au soleil, à la lumière, à la pluie, aux sons qui nous entourent, au chant des oiseaux… je pense qu'on fait partie d'un ensemble plus large et que c'est quand on refait partie de cet ensemble et qu'on est à nouveau connecté à cet ensemble,*

> *que d'abord un on est moins seul, et qu'on peut aller puiser à certains endroits des ressources dont on pourrait avoir besoin pour pouvoir transformer ou être entendu ou se sentir protégé…* (H4)

Il rajoute :

> *Notre structure intérieure comme notre lien au monde c'est un ensemble de systèmes interconnectés… et quand ces systèmes sont en déséquilibre ou que la communication entre ces systèmes se produit mal alors il y a de la souffrance ou il y a une perte de sens… et puis d'utiliser l'état hypnotique pour réactiver une certaine forme d'énergie et de communication entre ces différents systèmes pour retrouver un équilibre, (…) utiliser l'état hypnotique comme un moyen de… qui va stimuler les ressources qui vont favoriser une réorganisation, une restructuration, comme une sorte de réalignement des différents systèmes qui composent la personne…* (H4)

Selon Roustang, la transe hypnotique c'est aussi cette « (…) posture de l'action qui s'ajuste à la chose ou qui est ajustée à la chose, c'est-à-dire à l'ensemble des connexions qui sont la substance de l'individu, à l'ensemble de ce qui le forme et de ce qu'il forme. En ce temps ou en cet état, tout s'échange – et c'est pour cela que l'on peut parler de transe, de passage. Tout s'échange et se réduit à l'unité : l'extérieur et l'intérieur, le sujet et l'objet, le but et les moyens, la passivité et l'activité. S'il en est bien ainsi, on en arrive à la conclusion de Wittgenstein : « Les problèmes difficiles doivent tous se résoudre d'eux-mêmes devant nos yeux », c'est à dire sont tous résolus d'eux-mêmes. Les problèmes nous hantaient parce qu'ils étaient comme des enclaves réfractaires à la circulation de l'ensemble de notre existence. Puisque tout est devenu fluide au sein de cette posture particulière, ils ont disparu » (2008 : 122-123).

Parmi les analystes jungiennes, J2 me paraît s'inscrire dans la même optique, avec l'importance qu'elle accorde, tout comme Roustang et H4, au *mouvement*, à la circulation, au *passage* d'un *déséquilibre* à un nouvel *équilibre* :

> *Dans la création* (dans un jeu de sable)… *j'observe beaucoup qu'est-ce qui bouge… qu'est-ce qui ne bouge pas… quels sont les gestes qui sont là… qu'est-ce que ça… qu'est-ce qui est présent comme énergétique là-dedans… ça se*

> *traduit beaucoup dans les mouvements et dans les blocages, dans les agglomérations… il y a plein de façons d'exprimer ces aspects-là dans une image… mais derrière… voilà, j'essaye de percevoir, ou de sentir l'aspect énergétique… et puis effectivement selon Jung, c'est comme l'énergie physique qui… qui est en déséquilibre, qui coule et qui crée des déséquilibre, qui essaye de se rééquilibrer et qu' en fait… ce travail psychologique c'est dans le but de trouver des équilibrations… comment dire des équilibres un peu plus stables ou un peu plus… comment dire… vivables ou un peu plus… globaux… voilà, ce sera ça ce chemin de développement… mais toujours est-il qu'à travers l'image, on a accès à cette énergie psychique…* (J2)

On retrouve cette importance accordée à l'énergie, au mouvement, comme dans *l'attention aux perceptions* (chapitre 2.1), comme dans *le recours au tiers* (chapitre 2.6). Il s'agit de favoriser, grâce aux *images*, grâce à *l'état hypnotique*, d'une part, une *connexion*, une *communication*, entre les *ressources* plus personnelles *réparties à différents endroits*, d'autre part de *relier* la personne *à un ensemble, à un monde plus grand*. Des liens qui vont favoriser une *réorganisation*, une *restructuration* vers des *équilibres un peu plus stables*, un peu plus *vivables*.

2.8.5 Interprétations possibles selon les praticien.ne.s

Lorsque je les questionne, mes interlocuteur/rice.s mentionnent trois « sources » potentiellement génératrices d'images et d' *insights*. Il s'avère que dans une certaine mesure ces trois « sources » impliquent nécessairement une prise en compte d'un ensemble plus large. Un *espace plus vaste* où les possibilités peuvent circuler, se réorganiser, se rééquilibrer, de manière à offrir un nouveau cadre qui permette de donner un sens différent au problème. Les praticien.ne.s mentionnent la participation du *cerveau droit*, de *l'animalité* humaine, ainsi que des dimensions *transgénérationnelles.* Selon H1,

> *Les images elles mobilisent une part du cerveau qui justement… n'est pas limitée par le temps et l'espace… contrairement à l'hémisphère gauche du cerveau* (H1)

Pour plusieur.e.s praticien.ne.s, dans la première phase du processus, dans cet espace de confusion, de paradoxes c'est plutôt le cerveau droit qui est activé, alors que dans la deuxième phase du processus, c'est plutôt le cerveau gauche qui est mobilisé. Soit

lorsque le *Moi* prend la *responsabilité* de *ramener dans la réalité ordinaire*, dans le *monde du milieu* ce qui, *tout à coup*, est apparu. Pour J1, dans le processus créatif de la confection d'un masque, après que *la forme* soit *venue de manière autonome*,

> *C'est une autre phase je dirai… qui est moins…où la volonté et le conscient sont plus activés… parce que… on aimerait obtenir tel effet alors il faut changer de rouge où il faut que ce soit moins sec, il faut rajouter de l'eau… on se trouve dans des histoires techniques... là alors on commence à avoir des images plus précises qui s'impriment là et qu'on cherche à atteindre dans cette phase là… là je pense qu'on est plus dans le cerveau gauche dans la deuxième moitié de l'exercice que dans le cerveau droit…* (…) *ou dans une très forte communication des deux…* (J1)

Dans l'ouvrage de McGilchrist (2012), auquel certain.e.s hypnothérapeutes se réfèrent et sur lequel nous reviendrons de manière plus détaillée et plus nuancée dans la partie analytique consacrée aux sciences cognitives, le cerveau droit est effectivement décrit comme le siège d'une attention plus large, globale et flexible, faisant des liens entre des éléments singuliers alors que l'hémisphère gauche serait le siège d'une attention focale et locale. De même l'hémisphère droit aurait plus de facilité à traiter la nouveauté, à envisager une palette d'alternatives alors que l'hémisphère gauche donnerait la priorité à ce qui est connu et attendu. Par contre cet auteur, nous le verrons, stipule que l'imagination semble dépendre du travail conjoint des deux hémisphères (comme source des images).

Plus fréquemment encore, mes interlocuteur/rice.s mentionnent à la « source » des images et des « insights » *l'animalité*, en référence à *l'animal inséré dans son contexte* :

> *D'après des cours que j'ai eu à l'institut* (…) *les archétypes ne sont pas des abstractions, dieu sait quoi, c'est des sortes de… de solidification un peu d'expériences auxquelles l'éthologie nous donne accès… je trouve que c'est probable… donc je trouve important de connaître aussi beaucoup de choses sur la vie animale et naturelle… et sur les saisons, 'fin sur les cycles de la vie… ouais ça me paraît utile…* (J5)

> *Ca c'est Vinciane Despret, qui est éthologue, qui est une copine à Isabelle Stengers, c'est toute cette réflexion aujourd'hui de dire… et Roustang le dit aussi… c'est l'animalité en nous qui guérit… c'est pas le mental et le*

> *volontarisme… et notre culture elle nous a coupés, déracinés… on est en culture hors sol tout le temps… donc il y a une dimension écologique pour moi là-dedans, c'est-à-dire, remettre les gens dans leur sens, dans leur sensation, perception, dans leur cinq sens et dans leur imaginaire, et dans leur mémoire et dans les ressources qu'ils ont, et tout ça… et voilà,… c'est un petit peu un enjeu… c'est un peu de l'éco-thérapie… d'ailleurs Roustang se dit éco-thérapeute aussi… donc on est un peu une famille là… avec des enjeux derrière… qui ré-humanisent la chose…* (H8)

> *En quoi cette expérience est importante c'est qu'elle nous ramène à notre statut animal, c'est-à-dire à notre statut de l'étant ici et maintenant… parce que si on rajoute les attributs de l'être humain… la pensée, machin, tout ça on se rend compte qu'on s'éloigne très rapidement de tout ça… et l'animalité elle a ceci de très fort en nous… c'est que l'animalité est justement ce qui nous enracine dans l'instant vivant… je parle pas de la bestialité, dans le sens on se laisse aller… mais vraiment dans le sens de la présence* (H5)

Enfin, comme « source » des images et des « insights », les jungien.ne.s identifient l'« inconscient collectif », cet *espace transitionnel*, ni interne, ni externe, et à la fois interne et externe, contenant l'ensemble des expériences de l'humanité. Si le concept d' « inconscient collectif » est jungien, plusieurs praticien.ne.s d'hypnose s'y réfèrent aussi :

> *L'inconscient collectif, dont parle Jung, c'est quand même la somme des expériences que les humains ont faites jusqu'ici qui est à notre disposition à l'intérieur de l'inconscient et qui nous envoie de temps en temps de véritables songes… c'est comme une grande bibliothèque universelle* (H1)

> *Cette notion d'inconscient collectif… ça c'est des structures… qui viennent vraiment du fond des âges… qui sont vraiment le fruit de l'expérience humaine… parce qu'en gros, l'homme… bon il y a beaucoup de choses qui changent... parce qu'il y a une évolution technologique incroyable… mais il y a aussi beaucoup de choses qui restent identiques… ou disons des forces qui vont s'exprimer différemment mais dont la fonction est la même qu'il y a 500 ans ou 100'000 ans… l'homme il a le même appareil psychique… 'fin il y a peu d'évolution à ce niveau-là.. Et puis les… les enjeux pour l'homme… manger, se*

> *reproduire, enfin.. restent les mêmes… se défendre, attaquer pour aller à la chasse… enfin, il y a beaucoup de choses qui sont stables… et donc il y a tout un fond d'expérience de l'humanité, qui est là et qui sous-tend notre vie d'aujourd'hui… aujourd'hui on ressemble beaucoup à des humains qui ont vécu il y a très, très, longtemps… et tout ça fait partie du cerveau… 'fin de l'héritage… ça fait partie des cellules on dira… c'est ça cette notion d'inconscient collectif… au fond on est.. il y a vraiment des choses qui ne ressortent pas de l'histoire de chacun mais qui sont que l'humain a apporté à des problèmes qui se sont posé depuis la nuit des temps… et donc de cette couche-là sortent aussi des choses… qui vont affleurer aussi au niveau du conscient…* (J1)

Dans ces deux exemples relatifs à *l'inconscient collectif* le contexte n'est plus spatial mais historique. Les sujets tiennent compte d'un *espace plus vaste* qui inclut les générations qui se sont succédées, l'histoire de l'humanité. L'affirmation selon laquelle il y a tout *un fond d'expérience de l'humanité qui fait partie des cellules*, nous amènera, encore une fois dans la partie analytique relative aux sciences cognitives, à brièvement aborder les recherches récentes sur l'épigénétique. Si *l'inconscient collectif*, comme *grande bibliothèque universelle* peut permettre à une personne d'élargir son contexte *à la somme des expériences que les humains ont faites jusqu'ici*, il peut aussi élargir le contexte au niveau d'une histoire familiale, *transgénérationnelle*, d'un pays, d'une mémoire culturelle. H2 me fait part d'une expérience lors d'un stage avec Teresa Robles :

> *On a travaillé sur l'histoire du passé, du présent, du futur et de la guérison… elle nous avait raconté d'ailleurs, comment elle a été invité pour travailler avec des groupes, qui ont voulu travailler sur des guérisons de blessures qu'on porte au niveau de l'inconscient collectif… elle a utilisé ces termes-là... comme par exemple des pays qui ont vécu des conflit, des villes qui ont vécu des guerres civiles… enfin tout ce qu'on vit nous les humains et puis que des groupes de personnes qui ont souhaité pouvoir avancer avec ces poids, ces souffrances et ce passé… souvent deux générations… et à un moment donné, on s'est retrouvés… elle nous a proposé une transe en groupe… où elle a invoqué quelque chose du passé… c'est tout simple hein mais je me suis vu dans quelque chose des générations dans cette… dans cette enfilade… avec les autres qui*

> *sont derrières… et les autres qui suivront… donc il y avait quelque chose de la famille… concrètement mes parents… mais c'était plus collectif en même temps… et simplement d'être là et de sentir avec cette femme et avec les autres… et de sentir que les autres pouvaient y être et qu'il se passait quelque chose de significatif et que je pouvais me tenir là… alors je vais dire dans cet espace d'inconscient collectif… mais j'avais cette image d'enfilade tu vois, d'une succession de génération, et d'y être… ça m'a… sur le moment ça m'a énormément intéressée… ça m'a touchée…* (H2)

Il me semble percevoir dans cet exemple un double *recadrage* possible. D'un part en passant d'un contexte individuel à un contexte collectif et *transgénérationnel*, d'autre part en favorisant, notamment dans le cas des *blessures* collectives, grâce à la transe, le *recadrage* d'une *représentation* collective et partagée. En effet, élargir un contexte c'est aussi prendre le risque de s'ouvrir à des éléments « non-bénéfiques »[68], dès lors comment *recadrer* ce *contexte plus large* pour qu'il puisse devenir bénéfique.

J5 relate un processus assez similaire, en termes de processus *transgénérationnel*, avec l'un de ses patients dont la famille a été impliquée dans des évènements traumatisants en lien avec le nazisme :

> *donc je ne sais pas comment dire… il y a des altérités… c'est-à-dire que nous on a des parties d'histoire à réparer, des parties d'histoires… là par exemple, c'est vraiment une partie familiale, de toute sa famille comme il me décrit sa lignée familiale et puis aussi allemande … et puis cette personne fait un peu un travail d'intégration je dirai… de tout ça… donc ça c'est grand Moi… quand on prend responsabilité du nazi en soi… ça c'est grand Moi, je sais pas comment dire…* (J5)

On retrouve cette perspective transgénérationnelle également dans les pratiques « néo-chamaniques ». C5 me dit :

> *Dans bien des cas… ou dans ma représentation de l'âme… je sais pas si elle est correcte ou pas… ça dépend des écrits où on se situe… mais pour moi c'est le lien intergénérationnel d'une force… qu'elle soit matérialisée dans un corps ou bien… elle est là… donc oui je travaille avec elle…* (C5)

---

[68] Pour mémoire : dans le *positionnement psychique* paradoxal identifié dans ces pratiques, *le témoin qui observe* est *garant* de *l'intention positive*, de *l'orientation bénéfique* du processus.

A noter que C5 reproche au *Core Shamanism* de Michael Harner de ne pas s'inscrire dans une lignée, dans une filiation. Par déduction de ce qui précède, je me risque à interpréter que pour C5, les pratiques chamaniques qui ne s'inscrivent pas dans une filiation pourraient être tendanciellement qualifiées de pratiques « sans *âme* ».

⁕

Ainsi, pour mes interlocuteur/rice.s, après avoir *préparé le terrain pour que ça puisse se produire*, sans que cela garantisse que *cela se produise*, très souvent, à un moment donné *ça se passe*, *une partie s'enclenche*, *l'opération opère*. Et puis, il arrive que *tout à coup*, comme un *cadeau*, une *surprise*, il y a une *compréhension subite*, une *prise de conscience*. Apparaît quelque chose qui n'avait jamais été *pensé*, *conçu*, *imaginé*. Une image, un symbole qui *réunit les éléments*, qui *relie les parties* comme un *mandala*. Jung appelle *fonction transcendante* la *propriété* des *symboles*, comme *troisième terme*, *d'établir une connexion entre des forces antagonistes*. Pour les praticien.ne.s il est question de *porter les opposés*, de *les travailler*, de *les réfléchir*, de *les souffrir*… jusqu'à ce que *ce troisième*, le *symbole*, *naisse*. Et lorsque *le symbole*, *l'image*, *naît*, *souvent l'émotion, comme ça submerge*. Cette expression émotionnelle se manifeste lorsque *cette sorte de lutte insoutenable est libérée*, la *résistance*, la *tension qui faisait que tout était figé*, *lâche*. *L'énergie* est *libérée*, elle *remet en mouvement le tout*. En changeant de mode attentionnel, en portant une attention élargie (*cerveau droit*) au contexte aussi bien spatial (*éco-thérapie*) que temporel (*transgénérationnel*), en *ouvrant un espace* où *toutes les possibilités peuvent circuler librement*, on permet, d'après les acteur/rice.s de *recadrer* une problématique, de sorte que *tout à coup*, elle apparaisse comme *une ressource*, et non plus comme un *symptôme*.

2.9 « Créer le réel »[69]

Dans les chapitres précédents, j'ai présenté comment, dans les pratiques étudiées, pour mes interlocuteur/rice.s, le fait de *porter son attention sur les perceptions* (*éco-thérapie*), de passer d'une attention discriminante à une attention plus globale, d'être *inséré dans son contexte* (*animalité, perspective transgénérationnelle*), tout en adoptant ce double *positionnement psychique* du *Moi* qui, à la fois n'est *plus au centre*, mais à la fois, reste *garant du processus*, de *l'intention*, permet *d'ouvrir un espace* de

[69] Titre d'un ouvrage de Thierry Melchior : MERCHIOR Thierry (1998), *Créer le réel : hypnose et thérapie*, Paris : Le Seuil.

confusion passagère où *toutes les possibilités peuvent circuler librement*, où de *nouvelles connexions*, des *liaisons inouïes*, des *solutions* jamais *pensées*, jamais *imaginées* peuvent émerger sous la forme d'*une image* qui *résume la complexité infinie d'un rapport au monde*, sous la forme *d'un symbole* qui *réunit* dans *un sentiment de totalité*. Pour Roustang, c'est ce processus qui fait le *pouvoir* de l'imagination, qui permet de *transformer la réalité*, de *configurer le monde*. C'est à cette puissance de *Créer le réel* que je souhaite consacrer ce chapitre.

Nous verrons que pour la majorité de mes interlocuteur/rice.s le symbole est réel, dans le sens qu'il n'est pas une représentation d'autre chose. Il est efficace, opère et transforme en soi. Cela nous amènera à envisager les implications sur le travail thérapeutique du fait de considérer le symbole comme une présentation plutôt que comme une représentation.

2.9.1 *L'efficacité symbolique*

Pour Roustang, « L'hypnose se révélerait comme une introduction au pouvoir d'imaginer, c'est-à-dire de transformer la réalité qui s'impose, parce qu'il est semblable au pouvoir de rêver qui commande les comportements de notre espèce et au pouvoir de configurer le monde, qui est le lot inné du nourrisson » (Roustang, 2003 :17).

Nous savons que les jungien.ne.s accordent une importance particulière aux rêves, or tout comme pour Roustang, l'hypnose est une introduction au pouvoir de configurer le monde, pour Tobie Nathan, se fondant sur une étude de Jacques Montangero (1990) les rêves permettent de résoudre les problèmes de la vie éveillée (Nathan, 2011 : 85). Dans cette conception du rêve, « l'être humain passe une heure et demie à remâcher ce qu'il sait déjà, à le décomposer pour le recombiner inlassablement jusqu'à aboutir à des récits nouveaux qu'il se présente ensuite à lui-même comme des perceptions, Plus encore, Jacques Montangero focalise son attention sur les capacités créatrices du rêve qui invente, de fait, une néo-réalité constituée d'une combinaison originale d'éléments réagencés » (Nathan, 2011 : 85-86).

Quant au « néo-chamanisme », Achterberg écrit :

> "(…) in shamanic healing, mental resources are employed that modern persons either longer have access to or are not interested in using, in view of

> the current reliance upon coherent and rational conscious thought. For difficult problems, instead of turning to rationality, the shaman turns to inner experiences for solutions, using sensory memories, as well as abstractions and symbolisms. "He reviews his subconscious flow of pictures without the use of the critical powers activated by consciousness as well as the grid of causality, time, and space." The shaman, in effect, is plugging into a data bank that can't be known in the normal, waking state of consciousness" (Achterberg, 1985: 23)

Pour C6, *c'est comme si les choses se créent à différents niveaux et nous, normalement, on n'utilise que cette réalité très limitée que nous avons dans notre vie terrestre… enfin dans la réalité ordinaire…* (…) *on peut très bien résoudre un problème dans une réalité différente… pour qu'elle puisse après se résoudre dans cette réalité ordinaire aussi…* (…) *tu peux très bien justement… réparer… un rêve bloqué dans le passé, en le rêvant jusqu'au bout...* (C6).

Lorsque je rapporte ces propos à J2, alors qu'elle me fait part d'un jeu de sable lui a permis de *dénouer* une situation, elle me dit :

> *Oui je peux dire… ça me parle beaucoup si elle dit qu'elle cherche l'image positive qui réalise… ou qui permet la réalisation de quelque chose qu'on cherche probablement dans cette… dans un certain vécu et qui se réalise pas dans la réalité… mais si on le réalise à un autre niveau… ça dénoue…* déclare J2 lors de notre premier entretien, comme si elle prenait confiance peu à peu dans l'intérêt de comparer ces différentes pratiques, des recoupements intéressants que cela était susceptibles de mettre en exergue.

Dans la même optique, Teresa Roblès donne l'exemple d'un patient qui dit se sentir « dans une impasse ». Selon Roblès, « Pour la personne en transe, le symbole est cela même qu'il représente. Cette personne est dans une impasse. Si, au cours du travail en hypnose, elle imagine que l'impasse se transforme en avenue, ou qu'elle fait demi-tour et qu'elle sort par où elle est entrée, elle change ce qu'elle est en train de vivre, même si sa situation concrète reste la même » (Robles, 2007 : 24).

J1 me confie :

> *L'image elle parle d'elle-même… il y a trois semaines j'étais chez… justement une transe, séance d'hypnose… j'avais des énergies très* basses (…) et *puis dans la transe je vois le lumignon du tabernacle… ces lumignons rouges qu'on voit toujours dans les églises catholiques… qui indiquent la présence réelle… j'ai vu ce petit lumignon… bon… ça a eu… j'ai ressenti une grande paix… je me suis dit… tout est ok… tu es sur mode veilleuse, mais la veilleuse n'est pas menacée, elle est là, l'essentiel de toi est là, t'es pas menacée, c'est tout bon. Je suis sortie de là, l'image elle-même m'avait totalement… vraiment c'est une image, elle est efficiente maintenant* (…) *donc c'est vrai de dire que l'image elle agit seule… je trouve que c'est important de vénérer les images* (J1)

De même, après avoir été accompagné par les abeilles dans la vallée de la mort et être revenu, H1 mentionne :

> *Je crois que depuis ce moment-là… c'est pas que je n'ai plus eu d'angoisses de mort… j'en ai probablement encore de temps en temps… comme tout le monde mais ça n'a jamais eu la virulence que ça avait avant… Ce voyage a été radical sur ce plan-là… j'ai plus de crise de panique par exemple… jamais…*
>
> *Et aussi… lorsque je suis en tension… qu'est-ce que je fais… je vais où ? je vais me mettre le dos, contre la porte chaude de cette petite chapelle dans le sud de la France… en imagination donc… et puis je vais regarder le soleil qui se lève… le soleil qui fait son parcours… le soleil qui se couche… et puis je suis prêt à passer une nuit-là, s'il le faut… en sachant que… que voilà les choses vont trouver leur place…* (H1)

Les praticien.ne.s sont unanimes, l'expérience vécue dans l'espace symbolique transforme :

> *C'est pas que des images les rêves… c'est… des expériences pour moi…* (…) *quand on se réveille, on a des images mais on n'a pas que des images qui nous restent du rêve… on a tout un vécu, soit des émotions qui ont été rebouillées, soit on va être mal toute la journée, on ne sait pas dans quelle zone on est tombé...* (J3)
>
> *Ces images que nous rencontrons dans la transe nous transforment. Nous transforment vraiment, nous dressent le poil… ouvre la respiration ou au*

> *contraire la ferme, etc. Donc il n'y a pas… on ne peut pas entrer dans une démarche telle sans que quelque chose se passe ou s'effectue…* (H8)

Elle rajoute, ses yeux parcourant les étagères remplies de livres sur les deux longueurs de la pièce, comme à la recherche de la source de ses propos :

> *Isabelle Stengers, c'est un mot merveilleux, elle parle de « l'efficace » et non pas de l'efficacité, dans le vieux sens de l'efficace du sacrement… et ça veut dire que le rituel est guérisseur, il opère quelque chose* (H8)

> *Je ne parle jamais d'y croire ou pas, je m'en fiche complètement qu'ils y croient ou pas, c'est qu'ils le fassent simplement* (…) *on a dit c'est des superstitions, l'hypnose, le magnétisme… mais les dispositifs sont efficaces… pourquoi ? parce que les gens sont crédules ? Non il y a plein de gens qui croient pas à la possibilité que l'hypnose enlève des douleurs par exemple… pis bon on fait ensemble du travail… pis effectivement ils n'ont pas mal… mais ils y croient pas…* (…) *je sais pas c'est pas une question de croyance, c'est une question de l'expérience. Parce que sinon on plaque une grille de lecture surplombante de type judéo-chrétien qui est influencée par nos visions à nous…* (H8)

2.9.2 La réalité symbolique aussi réelle que la réalité concrète

Non seulement le *processus* est *efficace* mais l'expérience est vécue comme réelle :

> L*'espace symbolique*, *imaginaire*, *transitionnel*, *c'est aussi réel que la réalité tangible. C'est quelque chose qui a autant de pouvoir, autant de puissance* (H8)

> *Tout ce qui se passe pour moi est réel… c'est pas parce que tu peux pas le toucher que ça n'existe pas…* me dit C2 avant de me raconter l'histoire d'un homme qui rêve d'une plume et qui se réveille le matin avec la plume dont il a rêvé.

> *Conclusion 3.9et là-dedans il y a des entités qu'on peut appeler des esprits… mais c'est la réalité… encore une fois telle que… c'est au niveau de l'image… c'est une réalité psychique…* (…) *C'est pas concret mais réel… je ne dis plus « c'est pas « réel » ». Quand on joue… c'est concret et réel* précise J1 en désignant du montant un article qu'elle est en train de rédiger sur le sujet dans un livre collectif et dont elle m'a déjà fait part auparavant.

> *Tu peux bien te dire, c'est de l'illusion tout ça… mais quand tu ressors de là, tu… tu peux dire « là j'ai déliré » mais c'est très différent d'avoir déliré comme quand on a de la fièvre ou bien de faire vraiment une expérience dans le monde intermédiaire qui a un caractère un peu objectif quand même… dans l'expérience du monde intermédiaire… c'est des personnages quand tu les rencontres, tu les rencontres vraiment… pour ça les chamanes je pense qu'ils ont vraiment une hypersensibilité à ça… Ils se sont entraînés à ça…* (H1)

D'après mes interlocuteur/rice.s, il y a même une *spatialité de l'espace imaginaire* (H8). A propos du tigre qu'elle convoque quand elle accompagne une transe difficile H8 déclare : *Il est à droite ou à gauche. C'est toujours spatialisé, c'est toujours précis* (H8). De même C8, praticienne du « néo-chamanisme », stipule : *D'abord je lui demande l'endroit… qu'il essaye de situer où est-ce qu'elle est posée cette araignée : Est-ce qu'elle est devant, est-ce qu'elle est derrière, est-ce qu'elle a un espace ?* (C8) H6 précise qu'il n'aime pas « diriger » le processus imaginal, il préfère l' « accompagner ». Une des manières d'accompagner le processus peut être d'indiquer *peut-être observer à droite, à gauche, c'est comment devant, derrière, au-dessus…* (H6)

Par conséquent, relèvent certain.e.s, si l'expérience est réelle, le processus efficace, cela porte à conséquence :

> *Ce qui s'est passé, ça a eu son effet guérissant qui fait qu'on n'a même pas besoin d'en rajouter. Qu'elle a reçu à ce moment-là ce qu'elle devait recevoir et stop* (C8)

> *Par exemple en chamanisme on peut faire des extractions… qui serait par exemple un énergie mauvaise… physique… qu'on extrait du corps par un moyen quelconque… souvent la personne demande mais qu'est-ce que c'était… et là j'aurais toujours envie de dire « en fait je ne sais pas… c'était informe et noir… » et ça c'est une façon de masquer, de cacher ce qu'on a extrait… pour pas que le mental fasse le focus là-dessus… mais plutôt sur le processus de guérison… une fois qu'on se détache de quelque chose, il faut vraiment s'en détacher… et le fait de ne pas révéler ce que c'était… permet à la personne justement de se détacher plus facilement de ce qui a été extrait… c'est un exemple* accentue C2 en insistant sur les mots.

> *Tu pars de l'idée que c'est fait et il faut pas rappeler ça, si tu le rappelles tu le fais revenir... c'est aussi partie du travail subtil… tu chasses un monstre, tu le rappelles pas droit derrière… c'est bon il est loin maintenant… donc c'est bon* souligne C7 avec la même insistance que C2.

Pour les praticien.ne.s l'entier du processus - prendre *la posture du metteur en scène*, *porter son attention aux perception*s d'un contexte spatio-temporel élargi, laisser les différentes figures imaginaires se côtoyer, *porter* leur *conflits*, souffrir leurs *tensions* au sein d'un *espace transitionnel*, *symbolique*, permettre à leur dialogue d'évoluer en introduisant *du tiers* qui remet en *mouvement*, jusqu'à ce qu'émerge, comme un *cadeau*, une *image radicalement nouvelle*, *jamais pensée, jamais imaginée*, qui *transcende* les *antagonismes* et *libère l'énergie* restée figée *dans la tension entre les opposés* – est *efficace*, que l'on y *croie ou pas*. Quel que soit le statut que l'on donne à *l'espace symbolique*, au *symbole*, au *tiers*, et aux figures imaginaires, le processus *résout* des problèmes, *dénoue* des situations. Je spécifie « Quel que soit le statut que l'on donne à *l'espace symbolique*, au *symbole*, au *tiers* » car c'est à ce sujet que les avis divergent parmi mes interlocuteur/rice.s. C'est-à-dire que, comme pour le *tiers* et les figures imaginales, certain.e.s praticien.ne.s considèrent que, même si l'expérience *symbolique* en général et les *symboles* en particulier sont vécus comme *réels*, ils ne sont peut-être que des *projections* de quelques conflits psychiques. En fait, nombreux sont les praticien.ne.s qui restent ambivalents dans leur discours sur le statut de l'expérience *symbolique*. Une seule praticienne, affirme qu'il s'agit, pour elle, uniquement de *projections*.

Cependant, que le *symbole*, l'expérience soit considéré.e.s comme une *projection* ou non, je relève une récurrence des propos sur l'intérêt qu'il y a à ne pas considérer les *symboles* comme des « *représentations* ». Pour la plupart les acteur/rice.s rencontré.e.s, les expériences vécues dans *l'espace symbolique* ne sont pas des « *représentations* » ce sont des « présentations ». En affirmant que les *symboles* et les *espaces symboliques* ne sont pas des « *représentations* », les praticien.ne.s rencontré.e.s rejoignent les points de vue de Tobie Nathan, Isabelle Stengers et Bruno Latour. Points de vue auxquels je me référerai dans la partie consacrée à l'analyse anthropologique.

C3 me dit :

> *C'est pas du symbolisme*[70]*… c'est genre… tu vas à cet endroit et tu assistes à ça… mais t'en as les larmes aux yeux, c'est… c'est…* (…) *pour moi un des fondamentaux du chamanisme, c'est que t'es pas en train d'explorer juste ta psyché*[71] *et les ramifications inconnues de ton cerveau, t'es en train de travailler avec des énergies vivantes, réellement existantes et… un des autres fondamentaux… c'est qu'il n'y a pas de symbolique, il n'y a rien de symbolique* (C3)

Dans ses cours « Vers une imagination agente ? », Cyrille Champagne nous dit :

Le symbole quant à lui (…) *dans une philosophie qui intègre l'imaginal. Le symbole n'est pas une représentation. Le symbole est un objet imaginal. Un objet qui n'est pas réel dans le monde sensible, un objet qui n'est pas réel dans le monde conceptuel. Mais un objet qui est réel dans le monde imaginal.* (...) *Ce qu'on peut dire c'est qu'il est expérimentable à part entière, il est vécu, il est expérimenté.* (…) *et il est bien intermédiaire entre l'intelligible et le sensible.* (…) *la boule noire dans la gorge, ce n'est pas une allégorie. La personne sait bien qu'il n'y en a pas mais pourtant c'est bien réel pour la personne. Le symbole vécu, ce qui gêne, prend l'apparence d'une boule. C'est une expérience vécue, elle est de nature imaginale, c'est un symbole et ce n'est pas une allégorie.* (…) *Le symbole, lui, n'est pas transformation. Et c'est justement ce qu'on ne comprend pas en occident. 'fin dans la plupart des courants philosophiques occidentaux. On a tendance à dire, le symbole est objet de transformation du domaine sensible au conceptuel ou du conceptuel au sensible. C'est vrai dans une conception où il n'y a que deux domaines. Mais dans une conception où il y a trois domaines* (…), *dans une philosophie intégrant l'imaginal, le symbole n'est pas une représentation, il n'est pas une transformation. C'est un objet. Ce n'est pas un mouvement. C'est un objet imaginal* ».[72] « *Cet objet il a entre guillemets des fonctions.* (…) *Cet objet est modifiable. Et puisqu'il est intermédiaire entre le sensible et l'intelligible. Il va pouvoir modifier le lien que je fais du sensible vers l'intelligible*.[73]

---

[70] Au sens communément accepté du symbolisme comme représentation
[71] Référence au débat relatif au statut des images, identifié au chapitre 2.5 : projections de soi ou altérités
[72] *https://www.youtube.com/watch?v=BjWzdQyN8pc* (consulté le 8 janvier 2019)
[73] *https://www.youtube.com/watch?v=rALTeC5TJTg* (consulté le 9 janvier 2019)

Un point de vue que l'on retrouve, avec d'autres termes, dans les propos de mes interlocuteur/rice.s :

> *En fait… pour moi c'est trop… comment dire ça ? Ça aplatit la question de dire que c'est un symbole. En ce sens que…* (…) *Pour moi le symbole « C'est ce qui opère ». C'est à dire, c'est pas un objet, c'est pas une chose*. (…) *Ce n'est pas la représentation de… c'est... les chinois diraient… c'est la vertu de… ça donne si on veut… une sorte d'expression d'une certaine énergie…* (H8)
>
> *Pour moi… le symbole est quelque chose de vivant… fin tant qu'il est nécessaire, il est réel… il n'est pas matériel… il est de l'ordre de l'imaginal… je veux dire par là que ce n'est pas une interprétation intellectuelle… le sens ça se vit… et c'est pas quelque chose qui se comprend… c'est pas comprendre le sens de la vie, c'est vivre le sens qui guérit* (J1)

Ainsi, pour C7,

> *La grotte de Chauvet, les grottes de Lascaux… ces images… sur les murs, pour moi, ne sont pas symboliques… l'esprit du cheval qui est dessiné… le cheval, c'est un cheval…on a fait dans notre monde actuel, ici, de beaucoup de choses, des choses qui ne sont plus que l'image de la chose… ne sont plus que la représentation de la chose, mais tu peux avoir l'essence qui est là* exprime C7 avec émotion à l'évocation de la grotte de Chauvet.

Et dans cette optique,

> *Tu vois on rejoint les totems, on rejoint les… toutes les lettres hébraïques… enfin toutes ces images qui sont chargées d'une… d'une force, d'une essence…* (C7)
>
> *Tu soulèves un point important, la différence entre l'image et l'icône…*
>
> *L'icône était porteuse d'une énergie, elle la matérialisait, alors qu'après, l'image est devenue signe, représentation… pour Hillman* me dit J7 qui a le tableau d'une icône suspendue au-dessus de son bureau, dans son cabinet qu'il partage avec une autre thérapeute.

Pour H8, c'est la fonction des *tiers*, des *animaux de pouvoir*, des *objets transitionnels*.

Ils sont *chargés d'une force*, *d'une vertu*, d'une *énergie vivante* qui les rend *efficaces*, qui permet de *transformer*, *modifier* une situation, de *dénouer*, *résoudre*, une problématique :

> *Comme outil par exemple pour aider les jeunes à un examen, il y a presque toujours un animal de pouvoir, un animal aide qui les accompagne quand ils seront dans la salle d'examen, mais il faut le dire à personne. Donc moi je me situe toujours dans le « vrai pas vrai ». C'est on y joue, comme l'enfant qui est sur son balai et il dit « je suis sur un cheval ». Et si on lui dit « C'est quoi ? », il dit « C'est un cheval » et il n'est pas fou. Et nous on dit « voilà c'est cet animal » Vous y croyez. C'est pas une question de croyance c'est une question d'expérience.* (…) *Ce n'est pas important de savoir si c'est vrai ou pas. Mais ils sont* efficaces*. C'est pas important s'ils sont vrais ou pas. Ce qui est important c'est s'ils sont efficaces ou pas* (H8)

2.9.3 La non-interprétation d'une présentation

Pour les acteur/rice.s ce qui différencie le *symbole* de la *représentation* c'est lorsque *l'image* est chargée d'une *force*, d'une *énergie vivante*, d'une *essence*, d'une *vertu*. Dans le dernier exemple on retrouve le paradoxe, l'ambivalence si souvent rencontrés dans ces pratiques, dans ces *espaces symbolique*, *transitionnel*, *psychoïde*. On se situe dans le « *vrai pas vrai* », on *joue*, on fait « comme si » c'était « *vrai* » et ça devient « *vrai* » *efficace*, *opérant*. Alors que si l'on considère qu'il s'agit de *représentations*, *ça aplatit la question* parce que cela mène quasi inexorablement à l'analyse. Or, pour mes interlocuteur/rice.s l'analyse, parce qu'elle fait intervenir le *mental*, le rationnel, nuit au processus *symbolique*, à son efficacité :

> *C'est vraiment une question de « trop de lumière »… le rationnel c'est du néon sur des choses qui méritent la lumière d'une bougie… moi je préfère utiliser, avec les personnes dont je viens de parler, la lumière de la bougie… A un moment donné on va pouvoir dire « ah… dans cet espace autour de la bougie, il s'est passé des tas de choses… qu'est-ce qui s'est passé, qu'est-ce que tu retiens de ce qui s'est passé autour de la bougie ?* (…) *quand on va vers l'analyse on va vers le rationnel, on va vers l'argumentation, on va vers des références extérieures*… (H1)

> *Les images… je crois que les images elles ont pour fonction de guérir, si on leur laisse la place… il faut pas être trop intelligent avec les images… on ne découvre pas les mêmes choses à travers le verbe qu'à travers les… si on peint on découvre d'autres choses…* relève J1.

> *Je trouve que notre mental est souvent trop fort, qui nous permet pas d'aller…* (C5)

> *Ce côté interprétatif est dangereux car on est très vite dans de la réduction... c'est-à-dire « ce n'est que ça », « ah c'est donc ça »…* (H8)

Nous y reviendrons dans l'analyse anthropologique mais pour Tobie Nathan et Isabelle Stengers (2001 et 2012), l'intérêt du *fétiche*, du *troisième terme*, au sein de ce que certain.e.s appellent « tradi-thérapie », c'est de favoriser un processus créatif, une « *divination* », plutôt qu'un « *diagnostic* ». Soit, comme nous l'avons vu dans le chapitre précédent, de favoriser l'émergence d'une *solution jamais pensée*, *jamais imaginée*, plutôt que de ramener l'image dans des catégories analytiques préétablies. Une position que les acteur/rice.s rencontré.e.s semblent adopter, notamment les analystes jungien.ne.s lorsqu'ils/elles privilégient le fait d' « associer », d'« amplifier », à l'analyse. J'ai demandé à plusieurs analystes de me donner des exemples d'associations, d'amplifications. J1 m'explique, à propos de l'image relatée plus haut, d'un lumignon qui la rassurait, que :

> *Si quelqu'un rêvait de ça et me le racontait… je lui demanderais ce que ça évoque pour elle, est-ce qu'elle est catholique, est-ce qu'elle a déjà trouvé ça dans une église, qu'est-ce qui l'émeut… dans cette image, j'irais à fond dans ses associations à elle, je me garderais bien d'ajouter quoi que ce soit, mais j'irais chercher le plus possible à donner vie à cette image, à aider la personne, à « amplifier » on appelle, à « associer » d'abord personnellement puis à « amplifier ». Ben oui, telle cérémonie, tel moment, tel endroit, j'étais venu chercher ceci ou cela. Les amplifications c'est ce que je peux savoir sur la religion… enfin il y a un tas de choses aussi… donc j'essayerais, parce que j'ai une formation, à habiter plus et plus cette image ou se laisser habiter…* (J1)

> *Je pense que c'est en associant, en amplifiant, qu'on donne du temps à cette image, une chance à cette image… qui ralentit les choses… qui permet de… de lui faire une place… de veiller à ce qu'on puisse la retrouver facilement aussi…*

que ça dure pas juste l'espace d'un instant mais qu'on puisse y retourner… et plus je vais rajouter des harmoniques à ça par le biais des associations et des amplifications, plus j'enrichis l'image… il ne s'agit pas de couper les cheveux en quatre… mais de permettre à l'image… de se déployer… quand j'étais petite il y avait des fleurs en papier dans des petits coquillages… ça vous dit quelque chose ? On achetait ça dans les magasins de jouets, c'était des petits machins en papier avec des petites fleurs en papier qui avait été, ça devait être chinois… qui avait été emprisonné comme ça et puis plongé dans l'eau ça s'ouvrait et puis la fleur voilà elle se déployait… ça faisait rêver… c'était très, très, chouette… voilà je pense qu'une image… une image elle a besoin de pouvoir… parce qu'on vit dans un monde de signe et pas de symboles, on vit dans un monde rapide, dans un monde où il s'agit de comprendre… et l'image elle a besoin qu'on l'accueille… elle est polysémique, elle est belle… enfin c'est toutes ces notions qui sont fortes, et en même temps qui ne sont pas « aligné-couvert »… il y a quelque chose à apprivoiser… c'est donner du temps et de l'espace aux images… et leur donner l'occasion de se re-manifester… rajoute J1 qui me dira après deux heures d'entretiens intense qu'il y a trop, qu'elle fatigue, me faisant sentir l'importance de laisser de l'espace, du temps, aux images mais aussi aux mots.

Donc cette fonction de ralentir… moi je pense que le travail des rêves, avant d'être un travail d'interprétation c'est permettre que la personne soit exposée à des images… donc c'est pour ça que moi j'essaye toujours de me faire une image très précise... donc je pose des questions… « mais c'était comment ? et puis vous étiez où ? » (…) *je crois que le travail principal c'est aussi une certaine patience… et permettre, comme on expose du papier photographique… le temps qu'il faut pour que l'image se révèle… et ben je pense que justement tout ce qui est imagination active autour d'un rêve… tout ce qui est… c'est là qu'il peut y avoir des silences… tout ce qui est… il faut du temps pour faire connaissance avec une personne… il faut du temps pour faire connaissance avec un rêve… et je trouve important qu'on ne soit pas là pour faire des interprétations... même si on a sa petite idée… en général les interprétations qui s'imposent trop rapidement ne sont pas forcément les meilleures… mais pour être exposé à une image… pour que l'image puisse se déplier, se*

> *déployer… donner tout son… toute son épaisseur… une certaine lenteur dans le travail des rêves… en tous cas tel que je le perçois…* (J1)

J2 me dit :

> *Si ça va trop vite… et trop vite dans la réflexion du connu… alors je vais freiner un peu pour dire non… mais qu'est-ce qu'ils vivent ces personnages ? Là c'est utile avec ces personnages, on peut ramener la personne à ce niveau un peu narratif de l'histoire et du vécu des figurines…* explique J2, qui témoigne comme ses collègues, dans le ton, le rythme de ses propos, de cette manière de prendre le temps, de laisser résonner, les mots, les images polysémiques.

Pour J6,

> *C'est faire quelque chose mais c'est pas interpréter et c'est rester au niveau du symbole… et c'est ça que je vous disais tout à l'heure quand il y a une image et puis simplement on ressent l'image et puis on essaye de la faire revivre… parce que c'est l'image qui agit…* (J6)

Elle donne un exemple relatif au jeu de sable :

> *Donc vraiment se mettre dans la peau du personnage, dans le jeu de sable… je parlais du chien qui a de la peine à traverser le pont : « mettons-nous un moment dans la peau de ce chien, qu'est-ce qu'il ressent ? Qu'est-ce qui pourrait l'aider ? Est-ce que dans le bac, il y a un autre animal qui pourrait peut-être l'accompagner ? »* (J6)

J5 me fait part d'une *amplification* au niveau corporel :

> *On dit « ben voilà, imaginez que tout ce que vous avez mis en place c'est dans votre propre corps. Où est ce que vous le sentez ? Par exemple, ce cheval où est-ce que vous le sentez à l'intérieur de vous, dans quelle partie du corps ? Il est en dialogue avec cette forêt, comment vous sentez cette forêt ? Donc on incorpore vraiment... on interprète très peu un jeu de sable…* (…) *les personnes sont invitées à sentir comment ça prend place dans leur corps. Pis des fois aussi, si elles ont fait un mouvement très caractéristique pour former le sable, je leur demande de le refaire par exemple. Pis de sentir ce que ça leur fait. Voilà justement cet après-midi il y avait quelqu'un qui avait une raie Manta, qui faisait des mouvements comme ça. Pis elle lui a fait le sable comme ça. Pis j'ai*

> *dit mais…, au moment où elle était assise, « ben refaisons peut-être ces mouvements pis sentez comment ça joue en vous… des choses comme ça* détaille J5 en faisant des grands gestes avec les bras pour imiter la raie Manta qui nage.

Parfois les analystes invitent aussi à *l'amplification* en faisant des liens avec des lectures, des films. Mais quel que soit le moyen – faire des *associations* avec des souvenirs, des éléments culturels, avec un ressenti corporel ou le ressenti des figure – *l'amplification* doit permettre de *ralentir* pour *laisser l'image se déployer*, *s'enrichir*, pour *lui donner vie*, l'*apprivoiser* et lui *donner l'occasion de se re-manifester*.

Pour Hillman, « La psyché n'est pas un système clos similaire. La définition installe un malaise en fixant les choses. Mais la psyché s'accommode mieux de l'amplification, qui les délivre du cadre rigide et conventionnel du savoir. L'amplification place l'esprit face à des paradoxes et des tensions ; elle révèle des complexités. Nous voilà plus près de la vérité psychologique, qui possède toujours un aspect paradoxal (…) » (Hillman, 2006b : 45).

Si les hypnothérapeutes et les « néo-chamanes » n'emploient pas les termes « associations » et « amplifications », ils pratiquent cependant de façons similaires

> *Pour moi c'est de les aiguiller à trouver un sens pour eux-mêmes, à créer quelque chose pour eux-mêmes… plutôt que nourrir l'esprit par des explications…* (C5)

> *Si un client me demande « alors vous avez vu un aigle, qu'est-ce que ça signifie ? » « Ben ça ne signifie rien… Qu'est-ce que signifie l'aigle pour vous ? »* (C2)

H4 me dit :

> *Alors ça m'arrive de poser la question, quel est le film ou le livre qui vous a le plus touché et du coup qu'est-ce qui vous a particulièrement touché dans ce film ou dans ce livre ? Et du coup qu'est-ce que ça évoque par rapport à ce que vous vivez aujourd'hui ?* (H4)

Un des praticiens d'hypnose recourt à des supports variés :

> *J'ai plein de différentes cartes, j'utilise les cartes « Dixit », j'utilise les cartes chamaniques avec des animaux totems, j'utilise les cartes d'« Emoto »… je sais*

> *pas si tu connais… Emoto c'est un biologiste japonais qui a fait les photos des cristaux de glace…* me dit H7 en allant chercher les cartes « Emoto » ainsi que d'autre jeux de tarots à partir desquels il invite ses patient.e.s à amplifier à partir d'une situation.

Il a aussi plein de livres d'images pour enfants, des livres de recettes du monde imagés. De même, comme les analystes le font souvent ou d'autres hypnothérapeutes avec les métaphores, il se réfère aux contes, aux mythes.

⁂

Nous avons vu dans ce chapitre l'importance pour les praticien.ne.s de ne pas chercher à interpréter les images apparues. Selon eux/elles, *l'image agit seule, elle parle d'elle-même.* Intervenir dans la réalité de l'espace symbolique permettrait de résoudre les problèmes de la réalité ordinaire. Il n'y aurait pas besoin de passer par l'intellect, de chercher à comprendre. *C'est pas comprendre le sens de la vie, c'est vivre le sens qui guérit.* D'après mes interlocuteur/rice.s, qu'ils/elles pratiquent l'hypnose, l'analyse jungienne ou le chamanisme, l'image, *est efficiente* en soi. C'est pourquoi il ne faudrait pas revenir sur l'image du problème une fois résolu. S'il n'est pas question de chercher à analyser les images de la réalité symbolique, par contre il semble important de se *laisser habiter plus et plus cette image, en associant, en amplifiant.* Associer une image à l'aide d'une carte de tarot, d'un livre d'histoire, d'un souvenir, amplifier, en dessinant, sculptant, modelant, etc. c'est *faire une place à l'image*, veiller à ce qu'elle ne *dure pas juste l'espace d'un instant mais qu'on puisse y retourner… rajouter des harmoniques.* Pour qu'elle soit efficace, qu'elle résolve les problèmes rencontrés dans la vie ordinaire, l'image nécessite de prendre le temps d'habiter le monde imaginal… L'image nécessite de ne pas aller *trop vite dans la réflexion* pour la laisser se *déployer*, *donner toute son épaisseur*.

3. Interprétations anthropologiques

Dans cette partie il m'a semblé pertinent de mettre en relation l'interprétation faites par les acteur/rice.s de leur vécu avec les interprétations anthropologiques relatives d'une part aux rituels d'autre part à l'efficacité symbolique. Dans cette optique, nous commencerons par inscrire la perspective interprétative choisie dans le champ des études anthropologiques sur le rituel et l'efficacité symbolique. Ayant choisi la perspective interactionniste de Houseman et Severi, je m'intéresserai aux schèmes relationnels en jeu dans les rituels ainsi que dans les pratiques étudiées. La mise en exergue d'une « condensation rituelle » des interactions paradoxales nous conduira à une réévaluation de l'efficacité symbolique comme une « illusion orientée » à partir d'une « liste incomplète d'indices » contradictoires. Nous nous interrogerons autour des expériences de « fluidité harmonieuse et enchanteresse » au sein desquelles les acteur/rice.s se sentent plus agi.e.s qu'agent.e.s, reçoivent des *cadeaux*, des *surprises*. Nous nous questionnerons avec les sciences cognitives sur la possible expression d'un « inconscient cognitif » ou d'un « principe d'homéostasie » comme « la main cachée » qui gouvernerait toutes nos pensées, nos actions, en recourant justement à des images, des métaphores. Nous nous attarderons ensuite sur l'espace-temps liminal dans lequel ses interactions prennent place. Les théories sur la liminalité nous conduiront à envisager les caractéristiques liminales de la société à laquelle les praticien.ne.s et moi-même appartenons. Nous terminerons en cherchant à appréhender l'intérêt de la socialisation à la liminalité proposée dans les pratiques étudiées comme alternative à une socialisation à la réalité unique de l'objectivité. Ce questionnement reposera notamment sur la relativisation des approches psychologiques et sociologiques classiques qui associent le principe de plaisir, associé aux images, à l'imagination, à un stade infantile, primitif voire même pathologique. Devenir adulte consiste alors à soumettre ce principe de plaisir au principe de réalité unique de l'objectivité. Un parti pris différent de celui des sciences cognitives pour qui les images sont au cœur des interactions entre l'environnement, le corps, le cerveau et permettent d'informer, via les émotions et le principe de plaisir, la meilleure option, tenant compte d'une pluralité de réalité possible, pour l'organisme présent et pour sa progéniture.

3.1 Rituels et efficacité symbolique

On ne peut aborder l'étude des rituels en anthropologie sans se référer à Victor Turner (1967, 1969, 1974) qui lui-même se réfère à Arnold Van Gennep (1909). Turner associe l'action rituelle à une « anti-structure » (Turner, 1969, 1974 ; Sutton-Smith, 1972 ; Houseman & Severi, 1994 : 165). Pour ces auteurs, alors que « la structure » est associée au fonctionnement en vigueur dans la vie quotidienne, « l'anti-structure », les processus rituels, permettent aux alternatives potentielles, à la nouveauté, d'émerger lorsque le système normatif en place le requiert. Cette nouveauté serait corrélée avec l'émergence de symboles.

Ainsi, pour Houseman et Severi, comme pour Turner, la condition humaine « est caractérisée par un va-et-vient continuel entre deux modalités de relation fondamentales. L'une typique d'un quotidien intelligible en termes d'un système, des rôles, seraient davantage classificatoire ; l'autre, (…) qui se réalise de façon privilégiée dans le rituel, serait avant tout générative » (Houseman et Severi, 1994 : 165).

Dans ce chapitre, je commencerai par présenter brièvement le contexte de recherche relatif au rituel dans lequel j'inscris la présente interprétation. Puis nous envisagerons les différentes interprétations anthropologiques de l'efficacité symbolique pour pouvoir par la suite y inscrire notre propre contribution, sur la base des écrits de Houseman, Luhrmann et Severi. Enfin, le dernier sous-chapitre sur l'efficacité symbolique comme « facteur protecteur » permettra au lecteur d'envisager les bénéfices potentiels de s'intéresser dans le détail à l'efficacité symbolique.

3.1.1 En complément des approches traditionnelles du rituel

Houseman et Severi, largement inspirés par l'œuvre de Bateson[74], se sont plus particulièrement intéressés aux schèmes de relations mis en jeu dans et par le rituel

[74] Il est intéressant de noter les multiples influences de Bateson dans cette étude : Houseman et Severi disent explicitement s'en inspirer. Ils ont, comme Bateson, étudié le rituel iatmul du *Naven*. De même, selon Thomassen (2014 :102), Turner s'est de plus en plus référé aux écrits de Bateson dans la deuxième partie de sa carrière, notamment aux notions de « cadre », « jeux » et « métacommunication ». Severi développe une réflexion à partir d'une branche oubliée de l'anthropologie du XIXe siècle, la biologie des **images** ». C'est à l'un des derniers représentants de cette discipline, Alfred Haddon, premier professeur d'anthropologie à Cambridge, que Bateson dédie son analyse du rituel iatmul du *Naven*. Enfin, nous avons vu que

(Houseman, 2012 :182). Cette prise en compte des interactions rituelles se distingue des approches traditionnelles du rituel. En effet, généralement, les actions rituelles sont envisagées, soit d'un point de vue fonctionnaliste (le rituel comme soutien aux structures sociales existantes), soit dans une optique symbolique (la production d'un message précis à déchiffrer) (Houseman, 2012 : 191). Or, comme le soulignent Houseman et Severi, ce n'est pas que ces deux approches soient fausses, « les rites ont un sens pour ceux qui les entreprennent et ont une incidence sociale. C'est plutôt que ces approches sont insuffisantes (Houseman et Severi, 1994 : 163).

Nous reviendrons au chapitre suivant sur leurs analyses des interactions rituelles. Contentons-nous de souligner pour le moment que cette perspective a conduit les deux auteurs à identifier la « transformation de l'identité » comme une caractéristique de l'interaction rituelle (Severi, 2007 : 208). De même, relevons que tant Houseman que Severi en sont venus à étudier des formes moins conventionnelles de rituels, des formes de rituels au sein desquelles l'action est plus intérieure qu'extérieure.

Houseman s'est intéressé avec plusieurs de ses collègues à la pratique de danses rituelles considérées comme relevant du New Age, du néo-paganisme et du développement personnel (Houseman *et al*., 2016). Les auteur.e.s notent qu'ils/elles ont qualifié ces pratiques de « rituelles » car selon les témoignages qu'en donnent la majorité des pratiquant.e.s, ceux/celles-ci font l'expérience d'une « renaissance à soi-même », une transformation de leur identité. Toutefois Houseman *et al*., relèvent que ces danses collectives se distinguent des démarches cérémonielles, généralement associée au motif de la renaissance, notamment du fait que « (…) la transformation qu'elles occasionnent n'est pas sociale mais se veut intérieure (…). En outre, elle intervient de façon répétée, inscrivant l'individu dans un processus continu de mise en perspective réflexive qui se doit de devenir un aspect constitutif de sa vie quotidienne. En somme, dans la mise en présence réitérée de soi-même à laquelle se livrent les danseurs, il s'agit moins de renaître une fois pour toute à un soi véritable que de se sentir porté par une dynamique d'auto-engendrement sans limites » (Houseman et al., 2016 : 15-16[75]) Ainsi, les pratiquant de ces danses feraient de leur existence « une phase

---

Bateson est l'un des fondateurs des thérapies de l'école de Palo Alto, avec laquelle Milton Erickson collabore.

[75] La numérotation des pages correspond à celles de l'article que l'on trouve en ligne.

liminale perpétuelle chargée d'incertitudes mais ouverte à d'inépuisables richesses » (*ibid*).

L'étude des traditions chamaniques amérindiennes a poussé Severi, de son côté, à étendre l'examen des pratiques rituelles, jusqu'ici principalement fondé sur l'analyse des actions, aux situations rituelles « (…) où l'action semble jouer un rôle mineur et se trouve remplacée par un usage spécial du langage » (Severi, 2007 : 208), où « (…) seule la récitation d'une parole rituelle est présente, les actions étant éventuellement décrites mais non accomplies » (Severi, 2007 : 216). Severi a été amené à reconsidérer les faits Kuna, soit l'analyse de Lévi-Strauss du chant « La Voie du Mu ». Rappelons que c'est de cette analyse qu'émergea le concept d'« efficacité symbolique » proposé par Lévi-Strauss.

Nous verrons que ces deux anthropologues spécialistes du rituel présentent des interprétations qui reprennent les points fondamentaux ressortant de l'analyse du discours des acteurs. Par ailleurs, le fait qu'ils se soient intéressés à des pratiques rituelles relevant soit, pour Houseman, d'activités généralement considérées comme de l'ordre du néo-paganisme et du développement personnel et, pour Severi, de cérémonies au sein desquelles les actions ont été remplacées par un usage spécial du langage, me permet de mobiliser d'autant plus facilement leurs écrits, pour interpréter les discours des acteur/rice.s rencontré.e.s sur les pratiques envisagées dans cette étude.

3.1.2 Du rituel à l'efficacité symbolique

Une des dimensions du rituel qui a suscité de nombreux débats, est ce que Lévi-Strauss a nommé « l'efficacité symbolique ». De nombreux auteurs (Moerman, Dow, 1986 ; Lurhmann, 2013 ; LeBreton, 1991 ; Caillé et Pradès, 2015 ; etc.) se sont penchés sur l'expression évocatrice d'« efficacité symbolique » que Lévi Strauss officialisa dans un article mémorable parût en 1949 (Lévi-Strauss, 1949) pour désigner un problème central : « comment expliquer que les mots, mais aussi les gestes, les postures, les incantations puissent soigner hors de tout contact physique ? Et guérir non seulement les maux de l'âme mais également ceux du corps » (Caillé & Prades, 2015 : 291-292). Pour Lévi-Stauss (1958 : 211), il s'agit bien là, « d'une médication purement psychologique puisque le shaman ne touche pas au corps du malade et ne lui administre pas de remède ; (…) nous dirions volontiers que le chant constitue une *manipulation*

psychologique de l'organe malade, et que c'est de cette manipulation que la guérison est attendue ».

Selon Caillé & Pradès « Si cet article a fortement frappé les esprits à l'époque, c'est parce qu'il esquissait un parallèle inédit et parlant entre « méthode shamanistique » et « cure psychanalytique », oeuvrant l'une comme l'autre par le dialogue, et parce qu'il désignait la direction dans laquelle il conviendrait de chercher le secret de leur efficacité commune. Celle-ci résulterait de la mise en œuvre de la « fonction symbolique » » (Caillé & Prades, 2015 : 292)

L'analyse qui amène Lévi-Strauss à proposer le terme d'« efficacité symbolique » porte sur les cinq cent trente versets qu'un chamane Cuna du Panama a chanté lorsqu'une femme rencontre des difficultés au cours d'un accouchement.

Le Breton (1991) écrit que dans la vision du monde des indiens Cuna du Panama « (…) les difficultés rencontrées par la femme en couches s'expliquent par le fait que « Muu », la puissance responsable de la formation du fœtus, s'est écartée de sa tâche habituelle et s'est emparée du « purba » (l'âme) de la parturiente. L'intervention du chaman consiste dans la recherche du « purba ». Ce qui implique une lutte farouche contre « Muu », passant par diverses péripéties, notamment l'affrontement à des animaux dangereux. Une fois « Muu » vaincue, le chaman peut restituer le « purba » à la parturiente. L'accouchement peut alors avoir lieu sans plus d'obstacles. « Muu » s'éloigne, non sans demander au chaman quand elle aura l'occasion de le rencontrer à nouveau (Le Breton, 1991[76]).

Dans une autre partiele mythe raconte le combat mené par le chaman au sein même du corps de la femme. Il énumère les obstacles à franchir, les menaces à déjouer, les monstres à neutraliser et qui incarnent les douleurs éprouvées par la femme : "Oncle Alligator, qui se meut ça et là, avec ses yeux protubérants, son corps sinueux et tacheté, en s'accroupissant et agitant la queue ; Oncle Alligator Tiikwalele, au corps luisant, qui remue ses luisantes nageoires, dont les nageoires envahissent la place, repoussent tout,

[76] La référence (Le Breton, 1991) correspond à l'article mentionné en bibliographie, je me réfère cependant à la conférence qui reprend l'article et que l'on trouve en ligne (De l'efficacité symbolique par David Le Breton, 2004 : https://www.passereve.com/journal/HTM/efsy.html, consulté le 16 février 2021)

entraînent tout ; Neleki (k) kirpananele, la Pieuvre, dont les tentacules gluantes sortent et rentrent alternativement ; et bien d'autres encore : Celui dont le chapeau-est-mou, Celui-dont-le-chapeau-est-rouge, Celui-dont-le-chapeau-est-multicolore, etc ; et les animaux gardiens : le Tigre noir, l'Animal-rouge, etc ..." (*ibid*)

James Dow (1986) reprenant les diverses analyses faites à partir de l'article de Lévi-Strauss (Moerman, 1979 ; Frank, 1961 ; Turner, 1969) relèvent quatre composantes principales de l'efficacité symbolique :

1. The experiences of healers and healed are generalized with culture-specific symbols in cultural myth.
2. A suffering patient comes to a healer who persuades the patient that the problem can be defined in terms of the myth.
3. The healer attaches the patient's emotions to transactional symbols particularized from the general myth.
4. The healer manipulates the transactional symbols to help the patient transact his or her own emotions.

Variations in the structure are due to the speed at which therapeutic paradox is resolved and to culturally specific symbol imagery" (Dow, 1986: 56)

De manière similaire pour le Breton (1991), « le chaman assigne une forme et un sens là où se déployait auparavant un chaos de sensations brutes et absurdes. Et la mise en ordre qu'il opère, en attribuant à ce désordre une signification admise par la communauté et la malade, restitue cette dernière à l'ordre humanisé de la nature ».

Or, pour Severi (2007, 229-233), si l'idée d'une thérapie comme construction d'un langage interne induite par le chamane, permettant d'assigner « une forme et un sens là où se déployait auparavant le chaos » était séduisante, elle se révèle impraticable. En effet, il s'est avéré au cours de recherches plus récentes sur ce même chant de « La Voie de Mu », que les patientes ne comprennent pas le sens des mots employés par le chamane dans la langue rituelle. Dès lors, Severi, en référence à des auteurs tels que Leach (1966), Tambiah (1984), Tedlock, (1983) s'est tourné vers l'aspect performatif des chants chamaniques. Il écrit : « A la lumière de cette nouvelle perspective, il en résulte que la compréhension du chamanisme ne dépend pas seulement de la description de catégorie de fond du discours chamanique. Il s'agit aussi de comprendre ce qui se

réalise concrètement sur la scène rituelle » (Severi, 2007 : 217). C'est avec cette intention que nous nous référerons aux analyses de Severi dans les chapitres suivants.

Au vu de ce qui précède, le lecteur comprendra l'intérêt d'inscrire les interprétations qui feront l'objet des prochains chapitres dans les perspectives d'une part de Houseman, d'autre part de Severi. En effet, ces deux auteurs qui ont coécrit *Naven ou le donné à voir : Essai d'interprétation de l'action rituelle* (1994) m'invitent à mettre en lien des interprétations relatives aux rituels, notamment chamaniques, avec des interprétations ayant trait aux pratiques qualifiées de « New Age », « néo-païenne » ou de « développement personnel », pratiques sur lesquels portent les discours des praticien.ne.s que j'ai rencontré.e.s. Par ailleurs, les théories de Housemann et de Severi me permettent également de considérer comme étant de l'ordre du rituel, des pratiques où la transformation identitaire « se veut intérieure », ou l'action « se trouve remplacée par un usage spécial du langage », de comparer des rituels chamaniques avec des démarches thérapeutiques et notamment d'inspiration analytiques.

3.1.3 L'efficacité symbolique comme facteur protecteur

Avant de poursuivre la mise en perspective de mes propres analyses avec celles de Housemann et Severi j'aimerais encore m'arrêter sur les recherches d'une troisième auteure, Tanya Luhrmann. Associant l'ethnographie à la recherche qualitative, cette anthropologue s'est intéressé à l'efficacité symbolique, dans l'optique d'affiner la compréhension des données statistiques qui indiquent qu'aux Etats-Unis, les personnes qui assistent à des offices religieux prolongent leur espérance de vie en moyenne, de deux à trois ans si elles se rendent à l'église au moins une fois par semaine (Hall, 2006), et jusqu'à sept ans de vie supplémentaire pour les personnes qui fréquentent les lieux de cultes plus d'une fois par semaine (Hummer, Roger, Nam & Ellison, 1999). De même, des études font état d'un renforcement du système immunitaire et d'un abaissement de la pression artérielle chez les personnes investies dans des pratiques religieuses (Koenig & Cohen, 2002 ; Woods, Antoni, Ironson, & Kling, 1999). L'interprétation de ces résultats pour le moins spectaculaires fait l'objet de bon nombre de spéculations. Pour certains ces chiffres sont à mettre en relation avec le soutien qu'offre le réseau social tissé au sein de la communauté religieuse (Ellison & George, 1994). Pour d'autres, ce sont les comportements plus sains auxquels sont exhortés les fidèles qui seraient à l'origine d'un meilleur état de santé (Clarke, Beeghley & Cochran,

1990). Pour d'autres encore il est question du sens et de la cohérence que favorisent l'adhésion à un cercle spirituel (Berger, 1967 ; Ellison, 1991) impliquant une meilleure gestion des émotions liées à l'incertitude, à la vulnérabilité, au stress (Koenig, Smiley, & Gonzalez, 1988; Sharp, 2010). Il est par ailleurs de plus en plus évident que la manière dont Dieu est compris a un impact sur la santé. Une étude montre par exemple les incidences psychiques d'un Dieu ressenti comme soutenant et miséricordieux comparé à un Dieu vécu comme jugeant (Flannelly, Galek, Ellison, & Koenig, 2010).

En reprenant le modèle anthropologique de l'efficacité symbolique Tanya Luhrmann a cherché à savoir plus précisément ce qui était au cœur de ce qui amène la religion, et dans une certaine mesure la spiritualité en général, à être considérée comme un facteur protecteur sur le plan de la santé (Luhrmann, 2013: 707-708). En reprenant la description faite du rituel Cuna, Luhrmann s'est intéressée au fait que le chamane invite dans un premier temps la femme en train d'accoucher à porter son attention sur ses sensations ainsi que sur ses perceptions du monde qui l'entoure. En décrivant les détails visuels et auditifs, le chamane rendrait ainsi l'imaginaire, et notamment la présence des esprits ou de Dieu dans le cas de la prière, plus présents, plus vivants[77]. Luhrmann écrit :

« The shaman must make the spirits present to her. I suggest that this making-real is one of the most important roles of Christian prayer » (Luhrmann, 2013: 710).

Afin d'explorer son hypothèse selon laquelle l'efficacité symbolique était susceptible de reposer en grande partie sur la capacité des patient.e.s (ou des pratiquant.e.s) de rendre présent et vivant l'imaginal, Luhrmann et ses collègues ont mis au point une expérience au sein d'une congrégation évangélique. Ils ont entraîné un groupe de fidèle aux exercices spirituels proposé par Ignatus Loyola : la prière nommée

[77] Nous avons vu plus haut que pour Severi la manipulation symbolique soi-disant opérée par le chamane n'est pas une analyse pertinente de l'efficacité symbolique puisqu'il s'est avéré dans des recherches plus récentes que la patiente ne comprend pas le langage rituel. Néanmoins, il y a une première partie de l'intervention dans laquelle le chamane ne recourt pas au langage rituel. Dans cette partie il décrit ce qui se passe dans la pièce avec de nombreux détails recourant ainsi à deux des techniques qui retiennent notre attention, le double positionnement psychique (une dissociation dans laquelle une partie du sujet observe ce qui lui arrive) et l'attention aux perceptions.

« Kataphatic »[78]. Un exercice qui invite la personne qui prie à porter son attention sur ses perceptions dans le monde imaginé de la prière afin de rendre l'expérience plus vivante.

Luhrhmann note:

"Loyola clearly and repeatedly insisted that participants used all their senses to engage the story. He calls this the "application of the senses." From his text: After the preparatory prayer and the three preludes, it is profitable to use the imagination and to apply the five senses… in the following manner:

- The First Point: By the sight of my imagination I will see the persons, by meditating and contemplating in details all the circumstances around them . . .

---

78 "The classic examples of kataphatic prayer are the Spiritual Exercises of Ignatius Loyola (Ganss, 1992; Tetlow, 1992) which have been handed down to us from the notebooks Loyola compiled as he perfected his technique. Here are Loyola's instructions for praying around the Nativity: the subject is to begin with a standard, scripted prayer (the "readiness prayer") and then immerse himself in a scriptural scene, imagining it from his perspective. For example: *The salvation story, which this time is how Our Lady, pregnant now for nine months and (as may piously be believed) seated on a donkey, set out from Nazareth. With her went Joseph and a serving maid who was leading an ox. They travel towards Bethlehem to pay the tribute imposed by Caesar on all those lands (see Luke 2:1- 14). [Then I] compose myself in the place.* (suite en note de bas de page suivante)

Here it will be seeing with the eye of the imagination the road from Nazareth to Bethlehem, considering how long it is and how wide, and whether it is level or goes through valleys and over hills. In the same way, it will be seeing the place or the cave of the nativity, considering whether it is large or small, deep or high, and how it is arranged. [Then . . .] I turn myself into a poor and unworthy little servant, watching them, contemplating them, and serving their needs2 as if I were actually there. (Tetlow, 1992, pp. 101–102)

At this point in the exercise, Loyola asked the participant to talk to Mary and Joseph. "I turn myself into a poor and unworthy servant, watching them . . . serving their needs as though I were actually there." He did not seem to care whether the participants imagined the cave or the road as long or short, wide or narrow. He cared that the participants imagined intensely, and that the experience mattered to them emotionally. He asked the participant to finish with a colloquy, an unscripted interaction with God, and then with a wholly scripted Our Father" (Luhrmann, 2013: 713).

- The Second Point: By my hearing I will listen to what they are saying or might be saying...
- The Third Point: I will smell the fragrance and taste the infinite sweetness and charm of the Divinity…
- The Fourth Point: Using the sense of touch, I will, so to speak, embrace and kiss the places where the persons walk or sit (Ganss, 1992, p. 60, Sections 121–125)

Loyola always wanted people to see, hear, feel, touch, and taste the scripture with their mind's senses. Again, one finds this emphasis on using the inner senses in many contemporary Christian texts, as in Ken Wilson's Mystically Wired: "words are useless without the imagination . . . So imagine that you are part of the scene the words invite you to imagine" (2009, p. 106)" (Luhrmann, 2013: 714)

En recourant à la Tellegen Absorption Scale (Tellegen & Atkinson, 1974), Luhrmann et ses collègues (Luhrmann & Morgain, 2012 ; Luhrmann, Nusbaum, & Thisted, 2013) ont constaté que les fidèles entraînés à la prière « Kataphatic » expérimentaient leur monde intérieur comme plus vivant. Par ailleurs, les sujets de l'expérience entraîné à la prière "Kataphatic" avaient également appris à ne pas considérer leurs pensées, images, sensations comme des expériences privées mais, dans une certaine mesure, comme relevant d'une conversation avec Dieu (Luhrmann, 2013: 710-711).

Luhrmann, en référence l'article de Cannon sur la « voodoo death » (1942), souligne encore que faire l'expérience vivant d'une présence d'une figure spirituelle ne suffit pas à l'efficacité symbolique, l'imagination qui induit la peur peut aussi tuer. Il importe donc que la figure spirituelle dont la présence est invoquée soit bienveillante. Ce qui est le cas dans l'exemple Cuna, puisque l'intention du chamane est d'entreprendre un *voyage* pour restituer la « purba » à la parturiente. Une intention connue des tous les protagonistes impliqués dans le rituel.

Ces recherches combinées ont amené Tanya Luhrmann à affirmer que les sujets qui s'autorisent à ressentir ce qu'ils imaginent comme plus réel, qui plus est « pas juste dans leur tête » mais inscrits dans une conversation avec une figure spirituelle qui leur veut du bien, semblent avoir un outil thérapeutique puissant entre leurs mains (Luhrmann, 2013 : 721).

Soulignons que nous retrouvons, dans les propos de Luhrmann, trois éléments importants ressortant de l'analyse de la partie précédente. Tout d'abord l'attention aux perceptions. Ensuite le cadre bienveillant, l'intention positive. Enfin le double positionnement psychique (une dissociation dans laquelle une partie du sujet observe ce qui lui arrive). Luhrmann relève d'ailleurs elle-même que l'entraînement à la prière « Kataphatic » reprend les éléments de la dissociation, de l'hypnose et de la transe, des éléments qu'elle suppose être très vraisemblablement présents dans la plupart des expériences spirituelles.

La perspective de Luhrmann, qui a retenu toute mon attention, m'a semblé pouvoir s'articuler avec les réflexions offertes par Houseman et Severi sur les modalités particulières de relation entretenues au cœur de l'action rituelle (Houseman et Severi, 1994 : 166) que nous allons aborder dans le sous-chapitre suivant.

⁂

Nous retiendrons de ce chapitre que, parmi les différentes approches anthropologiques du rituel, les interprétations des pages suivantes s'inscriront dans la perspective de Houseman et Severi. Cela signifie que nous accorderons principalement de l'intérêt aux interactions rituelles, plus qu'à la fonction du rituel. Nous n'évincerons cependant pas l'approche symboliste du rituel puisque l'« efficacité symbolique » est au coeur de notre propos. Cependant c'est l'attention aux interactions qui nous permettra d'envisager une compréhension renouvelée de l'efficacité symbolique, à la suite de Severi. Nous avons vu avec Luhrmann, que cette compréhension renouvelée de l'efficacité symbolique était susceptible d'éclairer, en partie du moins, les résultats statistiques selon lesquels certains types de pratiques spirituelles aurait un impact non seulement sur l'espérance de vie, mais aussi sur la pression artérielle et le renforcement du système immunitaire.

3.2 Un mode particulier d'interactions au cœur de l'efficacité symbolique

Pour Houseman et Severi (1994 :164) « la propriété distinctive de la ritualisation est à chercher dans la forme particulièrement complexe des interactions qu'elle met en jeu ». Selon ces auteurs, l'attention portée aux schèmes relationnels permet d'envisager « les traits organisationnels distinctifs du rituel en tant que tel » (Houseman, 2012 :182), ce que les deux approches dominantes, fonctionnaliste et symboliste laissent de côté.

Cette importance accordée par Houseman et Severi aux interactions semble concorder avec le point de vue de mes interlocuteur/rice.s qui mentionnaient

> *C'est un peu la signature de l'espace symbolique… ça se passe en termes de relation pas en termes d'objet*…(H2)
>
> *Le lien, je pense que la notion de* lie*n, de la connexion est quelque chose de fondamental…* (H4)

Dans le cadre d'une étude axées sur des pratiques dites « thérapeutiques », il est intéressant de noter que selon Houseman, centrer l'analyse sur la logique interactive qui « préside la mise en place de relations spécifique » est également une manière plus rigoureuse d'envisager les pratiques psychothérapeutiques. Car d'après cet auteur, les rapprochements fait entre psychothérapies et rituels sont généralement trop approximatifs : « le souci d'une participation élargie, la mise en place d'un cadre spatio-temporel inhabituel, l'évocation d'agents absents ou invisibles, etc. ».

Les sous-chapitres suivants approfondissent donc certains aspects particuliers, mais semble-t-il essentiels, des schèmes relationnels propre au rituel ainsi qu'aux thérapies qui font l'objet de cette recherche. Tout d'abord nous reviendrons sur un des points étudiés dans la partie consacrée à l'analyse des discours : le « double positionnement psychique », tant au sein d'une thérapies du type de celles envisagées, qu'au sein des rituels plus « traditionnels ». Nous évoquerons ensuite les relations « thérapeute – patient » relatives à ce double positionnement psychique. Cela nous amènera à considérer l'ouverture à la pluralité identitaire découlant en partie de ce double positionnement psychique. De là nous envisagerons les relations contradictoires, paradoxales, « polysémiques », « antithétiques », ou encore « multiplexes » selon les auteur.e.s comme étant au cœur des processus rituels et des pratiques étudiées.

3.2.1 Réflexivité et double positionnement psychique

Nous avons vu au chapitre précédent que les fidèles entraînés à la prière « Kataphatic » avaient pris l'habitude d'une part de porter leur attention sur leurs expériences généralement considérées comme internes (pensée, images, sensations), tout comme le décrivent les sujets de ma recherche commencent par relever l'importance de *porter son attention sur les perceptions*. Pour certains, la transe *se résume même à cette*

attention aux perceptions. D'un point de vue interactionnel, c'est un mode particulier de relation de l'acteur/rice à lui/elle-même, ce que j'ai nommé « double positionnement psychique ».

Une interaction à soi que l'un de mes interlocuteurs illustre magnifiquement :

> *Aujourd'hui je crois qu'il n'y a pas un jour où je n'explique pas à quelqu'un « prends du recul, mets-toi le cul au nord, prend la posture du metteur en scène et regarde ce qui se joue sur scène, et surtout regarde ce que tu es en train de jouer sur scène. C'est devenu naturel de parler comme ça* (H1)

Dans leur article sur les danses contemporaines, Houseman et al. (2016 : 8) notent que « si les participants peuvent être momentanément pris dans ces ressentis immédiats qui accompagnent la danse, l'attention qu'ils sont continuellement enjoints à porter sur eux-mêmes implique dans le même temps une grande part de réflexivité ».

Tout comme nous le soulignerons plus loin par rapport à la relation thérapeutique, l'enjeu des interactions concrètes, inhérentes aux pratiques de danses étudiées par Houseman (2016 : 14) « (…) réside moins dans la relation qu'il pourrait y avoir entre les pratiquants que dans la démonstration que chacun livre, à soi-même comme à l'autre de sa « relationnabilité » ». Cela se traduit dans certaines affirmations entendues au cours d'une séance de Biodanza, selon lesquelles il s'agit bien d'« une rencontre avec soi par l'autre » ou de « se rencontrer avec quelqu'un » (Houseman et al., 2016 : 12)

Ainsi, si les pratiquant dansent ensemble, donnent à voir aux autres des traits de personnalité et des réactions parfois intimes, pourtant ils ne sympathisent pas et ne se rencontrent que rarement en dehors des séances elles-mêmes (…) » (Houseman et al., 2016 : 12). Pour Houseman et ces collègues, « ce mode de socialité constitue la base de ces pratiques ». Ces auteur.e.s envisagent cet apprentissage non seulement, comme dans les discours de mes interlocuteur/rice.s, comme un mode de relation à eux-mêmes, mais ils ajoutent que cela permet aux pratiquants d'expérimenter, d'une part, leurs facultés d'entrer en relation avec d'autres personnes (d'où l'impératif d'interagir avec une grande variété d'individus (…) » (Houseman et al., 2016 : 14), d'autre part d'éprouver leurs propres dispositions d'ouverture de générosité et d'empathie envers d'autres personnes » (Houseman et al., 2016 : 14). Ces derniers éléments ne ressortent

pas explicitement de mon étude bien que l'on puisse supposer que l'apprentissage d'une relation à soi dans laquelle une des instances prend la forme *d'un témoin qui ne juge pas*, *d'une présence qui n'est pas pesante,* d'*une instance garante de l'intention positive* favorise des dispositions d'ouverture, de générosité et d'empathie envers d'autres personnes. A noter que Houseman *et al*. (2016 : 14) recourent également à la notion de témoin « Être témoin, savoir que l'autre me prend pour témoin ».

Dans ces pratiques de Biodanza, tout comme dans l'entraînement à la prière « Kataphatic » l'attention portée à soi, à son expériences interne, à ses perceptions, ne se limitent pas à une expérience privée, elles s'inscrivent dans une expérience que Luhrmann nomme « publique »[79]. Une conversation avec Dieu, un partenaire de danse. J'avais pour ma part noté au chapitre 3.3.7 que « la dialectique patient.e – thérapeute est au cœur de l'apprentissage du double positionnement psychique ». La dialectique étant « non seulement l'outil thérapeutique mais aussi le but thérapeutique ». Nous reviendrons sur l'interaction avec une figure « imaginaire » au sein des relations réflexives à soi dans le chapitre relatif au tiers (chaptire 4.3.3). Auparavant, je souhaite consacrer le prochain sous-chapitre à l'analyse que fait Housemann (2003) de certaines modalités spécifiques des interactions thérapeute – patient.

3.2.2 Double positionnement psychique et relations thérapeutiques

Houseman envisage la pratique thérapeutique « comme faisant intervenir trois contextes relationnels:

1. l'encadrement que représente la participation du client et du thérapeute à leurs réseaux sociaux respectifs;
2. la relation thérapeutique qui se met en place entre le client et le thérapeute lors de leur rencontre, et

[79] "When we work through things in our mind, when we reenact a conversation, when we daydream, we are paying attention to our inner experience. But prayer asks the person praying to treat those thoughts not as private, internal musings, but as in some sense public and external speech: they are conversations with God » (Luhrmann, 2013: 711)

3. les dispositifs mis en œuvre au cours du travail de thérapie qui fournissent au client les conditions du changement relationnel » (Houseman, 2003 : 309)

On retrouve au sein de ces trois contextes relationnels, la composante du « double positionnement psychique ». C'est à cette composante que je vais plus particulièrement m'intéresser dans le cadre de ces différents niveaux d'interaction.

Houseman relève que lorsqu'une personne consulte un thérapeute c'est avec la présupposition tacite qu'elle peut changer mais qu'elle se trouve devant l'apparente incapacité de le faire elle-même. La personne estime que si le thérapeute peut l'aider à changer c'est qu'il se différencie de ses proches sur un point essentiel. « Mes proches, en réagissant à mes propos, agissent avant tout pour eux-mêmes : leurs paroles et attitudes à mon égard sont sous-tendus par leurs propres émotions et intentions, dont en premier lieu le fait qu'ils tiennent à moi ». En revanche, le thérapeute, en mobilisant un savoir-faire spécifique dont il aurait la maîtrise, est supposé intervenir avant tout pour moi et non pour lui-même ; ses propres sentiments et motivations n'entrent pas en jeu. « En même temps, le thérapeute doit animer ses paroles et ses attitudes d'un ressenti véritable sans quoi il cesse d'être un interlocuteur crédible pour le client qui, par ailleurs, est parfaitement conscient que le thérapeute est doté d'une sensibilité qui lui est propre » (*ibid*: 303)

Ainsi, le thérapeute occuperait vis-à-vis de la personne une position à la fois de grande proximité « en tant qu'alter-ego qui ferait avec moi ce que je n'arrive pas à faire par moi-même » et d'éloignement « en tant qu'étranger avec qui je n'entretiens pas des relations ordinaires ». Pour Houseman, c'est ce « dédoublement virtuel » du thérapeute (à la fois impersonnel et personnel) « (…) qui, si tout va bien, servira de point de départ pour la mise en place de la relation thérapeutique » (*ibid* : 296). Houseman va même plus loin : ce serait l'instauration même de cette « double perspective » qui permettrait le travail thérapeutique, soit d'exploiter les potentiels de choix et de mouvements nécessaire pour un changement relationnel, une transformation identitaire.

Houseman souligne que l'on retrouve cependant ce « dédoublement virtuel » dans plusieurs situations d'interactions, notamment le jeu, le théâtre et les rituels[80]. Ce constat l'amène à spécifier encore le « dédoublement virtuel » propre à la relation thérapeutique.

Le thérapeute se trouve dans une situation similaire à première vue à celle d'un comédien au cours d'un spectacle : « ses paroles ne cherchent pas à expliciter ses propres états émotionnels et intentionnels » (*ibid* : 302). Néanmoins le jeu du comédien se fonde sur son propre vécu affectif et intentionnel. « Un bon comédien se doit de ne pas confondre ses propres affects et motivations avec les états émotionnels et intentionnels associés au personnage qu'il incarne. Mais il ne doit pas non plus se borner à simplement reproduire sur scène, froidement, les attitudes et gestes qui correspondraient à ces états » (*ibid*: 303).

Intéressons-nous maintenant aux conséquences sur la relation comédien-spectateur, thérapeute-patient, de ce « dédoublement virtuel ». Pour Houseman, cette « coprésence » de l'acteur et de la personne chez le comédien induirait un dédoublement correspondant mais « en creux » chez le spectateur. « Le temps du spectacle et parfois au-delà, le spectateur se vit à la fois comme quelqu'un qui assiste à une production fictive, et en même temps, différemment, comme intensément affecté par l'agissement des personnages. Il est à la fois présent au théâtre et transporté « ailleurs » » (*ibid* : 300)

Si dans le cadre du spectacle, c'est le dédoublement « en plein » du comédien qui induit un dédoublement « en creux » chez le spectateur, en thérapie, selon Houseman toujours, c'est le dédoublement « en creux » du thérapeute (à la fois individu et thérapeute,

---

[80] Par rapport à cette classification, Houseman met en garde le lecteur : « Ce que j'ai désigné comme INTERACTION ORDINAIRE, RITUEL, JEU et SPECTACLE ne représentent donc pas des catégories phénoménologiques étanches mais des pôles organisateurs qui infléchiraient la participation coordonnée des acteurs dans des sens particuliers. Ainsi, la grille proposée ici ne doit pas être confondue avec un modèle taxinomique qui permettrait de dire : ceci est un rite, cela est un jeu, etc. Elle se veut avant tout une boîte à outils pour l'analyse de phénomènes (quel que soit le nom qu'on leur donne) faisant intervenir la mise en relation d'une pluralité de modes d'interaction différentes, comme c'est le cas, par exemple, non seulement dans beaucoup de jeux, de spectacles et de rituels, mais aussi dans la pratique thérapeutique » (Houseman, 2003 : 301).

personnel et impersonnel) qui inciterait le patient à un dédoublement « en plein », c'est-à-dire par des actes, une nouvelle perspective sur lui-même (*ibid* : 304). Si dans le cas du spectacle, le caractère double du comédien est « ouvertement avoué (ainsi on appréciera par exemple la façon qu'a Untel de jouer tel rôle) tandis que le dédoublement du spectateur est passé sous silence. En revanche, dans la consultation thérapeutique, c'est l'inverse : le dédoublement du thérapeute est tu et c'est le dédoublement du client qui fait l'objet d'une attention explicite » (Houseman, 2003 : 304)

3.2.3 Double positionnement psychique et rituels

Cette notion du « vu » et du « tu » nous ramènent à des pratiques similaires, mises en évidence par Houseman (2012 : 75) dans des contextes rituels. L'auteur indique que si des parties du rituel sont cachées alors que d'autres sont exhibées, ce n'est « pas tant pour cacher la vérité d'événements singuliers » ni pour « pour fournir la base de leur description métaphoriques » mais pour offrir, comme dans la thérapie, des « conditions réflexives de formes relationnelles nouvelles ».

Carlo Severi, lui aussi, met en exergue un phénomène de dédoublement dans les situations rituelles et notamment dans « La Voie du Mu » évoquée plus haut. Severi relate que tout ce que le chamane décrit dans la situation d'ouverture de la récitation rituelle kuna « (le dialogue avec la sage-femme, la rencontre avec la femme, la reconnaissance de la présence de la maladie, la rencontre à la femme malade et finalement la préparation, fondamentale pour le rite thérapeutique, du brasier) a déjà eu lieu, lorsque le chanteur commence à chanter » (Severi, 2007 : 211)

Severi mentionne que pendant longtemps il a considéré ce passage du chant comme une stratégie mnémonique assez simple alors qu'en fait se réalise, écrit-il, une situation paradoxale dans laquelle « un individu est en train de parler d'un individu qui est en train de parler » (*ibid* : 215). Pour l'auteur, « (…) à partir du moment où le chanteur commence à parler d'un chanteur qui récite un chant (…) les énonciateurs sont devenus deux, l'un étant, l'image parallèle de l'autre » (*ibid*).

Severi insiste sur le fait que ce modèle de construction d'un « énonciateur pluriel » ne représente ni un détail épisodique, ni une exception. « Ce processus peut assumer des formes très élaborées dans les traditions chamaniques amérindiennes » (*ibid* : 216) et ce n'est qu'une fois que cette partie du chant a été énoncée que le voyage du chamane

dans le monde surnaturel peut commencer. La simple narration d'un voyage dans l'au-delà n'aurait aux yeux des kuna, aucun effet thérapeutique » (*ibid*. 215).

Ainsi, tant pour Houseman dans ses écrits d'une part sur la relation thérapeutiques, d'autre part sur la Biodanza, que pour Severi dans ses analyses des rituels chamaniques, les effets thérapeutiques sont à mettre en relation avec le dédoublement des protagonistes, ce que j'ai nommé dans la première partie sur la base de l'analyse du discours des acteur/rice.s rencontré.e.s un « double positionnement psychique ». Soulignons que ce point de vue semble également partager par Luhrman, qui décrit la manière dont les fidèles évangéliques apprennent à considérer leurs expériences internes comme des signes d'une conversation avec un être surnaturel, en l'occurrence Dieu, dont ils deviennent témoins.

Si les effets thérapeutiques sont à mettre en lien avec ce « dédoublement », à nouveau Houseman et Severi s'accordent, chacun de leur côté, pour envisager plus précisément ce « dédoublement » comme étant à la base de « la construction « d'une image particulièrement complexe de l'énonciateur » (Severi, 2007 : 216), à la base de la « possibilité de plusieurs points de vue sur lui-même et donc à s'apprécier comme potentiellement pluriel » (Houseman, 2003 : 304). Nous retrouvons l'idée d'identités plurielles présentes dans le discours de mes interlocuteur/rice.s.

3.2.4 Des relations plurielles, « polysémiques » et « multiplexes »

Dans « Naven ou le donné à voir » Michael Houseman et Carlo Severi appréhendaient déjà (1994) le rituel « comme le lieu où surgissent des identités à la fois complexes, plurielles et contradictoires ». Tout comme Turner (1962 : 125) pour qui les relations rituelles sont notoirement « polysémiques », alors que Gluckman (1962) emploie le terme de « multiplexes » (cités par Houseman, 2012 : 184)

Selon Houseman et Severi, la transformation symbolique des identités et des relations est réalisée à travers une action rituelle qu'ils ont nommé « condensation rituelle » (Severi, 2007 : 208). Dans cette « condensation rituelle » sont rassemblés des éléments disparates qui, s'ils prennent la forme de messages qui peuvent paraître incompréhensibles, obscurs, ou même absurdes aux participants, « deviennent cependant les composantes interdépendantes d'une nouvelle totalité » (Houseman, 2012 : 185).

Cela ne va pas sans nous rappeler les témoignages des praticien.ne.s interviewé.e.s qui Ils/elles mentionnaient également :

> *C'est un monde extrêmement riche parce que c'est pas le monde du « ou… ou… » c'est le monde du « et… et… »…* (J1)

Ou encore :

> *si je me resitue dans cet espace symbolique… pour reprendre ce terme… je peux que vivre ce paradoxe qui me laisserait sans mot…* (H2)

Les praticien.ne.s relevaient par ailleurs qu'ils/elles cherchent à accueillir *une polyphonie* plutôt que de vouloir l'inhiber. En lien avec cette notion d'inhibition de la polyphonie, il m'a paru intéressant de mentionner que selon McGilchrist (2012 : 216), le cerveau gauche[81], auquel semble-t-il nous recourons de manière privilégiée dans « notre culture »[82], tend à inhiber les contradictions, les paradoxes il s'en tient à la réalité la plus communément prise comme « allant de soi »[83].

McGilchrist précise que l'hémisphère droit est capable d'explorer une palette de possibilités même contradictoires qu'il laisse coexister, alors que l'hémisphère gauche va privilégier une seule possibilité, soit la meilleure solution au vu d'expériences passées similaires. Il s'agit là encore de cette aptitude, associée à l'hémisphère droit et requise dans les pratiques étudiées à laisser cohabiter et même à faire dialoguer

---

[81] McGilchrist propose une réflexion sur la manière d'envisager le monde selon que ce soit l'hémisphère gauche ou l'hémisphère droite qui soit sollicitée. Il est cependant parfaitement au fait que l'activité cérébrale s'articule en un réseau dynamique, complexe, avec des possibilités quasi infinies de connexions et n'est donc jamais confinée dans une seule région mais interagit de concert avec plusieurs autres aires cérébrales. Malgré tout, il relève des différences conséquentes et persistantes à plusieurs niveaux entre les hémisphères (McGilchrist, 2012 : 32-34).

[82] Selon McGilchrist, au cours des deux derniers millénaires, la prévalence d'un hémisphère sur l'autre et l'équilibre entre les deux hémisphères se seraient succédés. Cependant, à l'heure actuelle, on se trouverait dans une domination de l'hémisphère gauche sans précédent. Dans ce contexte, je ne peux m'empêcher d'envisager la possibilité selon laquelle les pratiques étudiées comme des espaces où l'on se socialise à une construction de la réalité incluant le point de vue de l'hémisphère droit pour ensuite favoriser, grâce à l'imagination, la collaboration des deux hémisphères.

[83] C'est en référence à l'ouvrage de Berger et Luckmann, *La Construction sociale de la réalité* (2006) que j'emploie l'expression « la réalité prise comme allant de soi ».

plusieurs points de vue, cette capacité à accueillir les aspects que l'on aurait tendance à vouloir fuir, ignorer ou supprimer.

Voici comment McGilchrist résume la différence de perception du monde selon avec quel hémisphère le sujet entre en interaction avec le monde :

> Hence the brain has to attend to the world in two completely different ways, and in so doing to bring two different worlds into being. In the one, we experience – the live, complex, embodied, world of individual, always unique beings, forever in flux, a net of interdependencies, forming and reforming wholes, a world with which we are deeply connected. In the other we "experience" our experience in a special way: a "re-presented" version of it, containing now static, separable, bounded, but essentially fragmented entities, grouped into classes, on which predictions can be base. The kind of attention isolates, fixes and makes each thin explicit by bringing it under the spotlight of attention. In doing so it renders things inert, mechanical, lifeless. But it also enables us for the first time to know, and consequently to learn and to make things. This gives us power (*ibid* : 30-31).

⁂

Ainsi, dans ce deuxième chapitre de cette partie consacrée à l'interprétation anthropologique des discours des acteur/rices rencontré.e.s, en privilégiant l'attention portée aux interactions, nous avons relevé l'importance du double positionnement psychique, soit dans la prière « Kataphatic », soit dans la danse Biodanza ou encore dans les thérapies étudiées, lorsque les pratiquants observent leurs sensations, leurs expériences intérieures ainsi que leur manière d'interagir dans leurs relations, tant avec Dieu, qu'avec les autres danseurs, ou avec un thérapeute. Nous avons comparé ce phénomène de « dédoublement » aux relations acteur-spectateur, en relevant que dans le cas de la thérapie c'est le double positionnement psychique « en creux » du/de la thérapeute qui permet au/à la patient.e de se dédoubler « en plein », alors que dans la relation acteur-spectateur, c'est le dédoublement « en plein » de l'acteur qui invite le spectateur à se dédoubler « en creux ». Cette notion de « dédoublement » nous a amené à envisager un phénomène similaire dans les rituels traditionnels, et notamment dans le rituel kuna servant de modèle pour la théorisation relative à l'efficacité symbolique. Ce phénomène similaire, Severi l'appelle « parallélisme ». Il s'agit de la phase d'ouverture

du rituel, dans lequel le chamane décrit ce qui se voit et ce qui a déjà été effectué. Le chamane en arrive à chanter à propos d'un chamane qui chante. Ce dédoublement, ou ce parallélisme que les hypnothérapeutes nomment « dissociation » semble être à la base de toute efficacité thérapeutique. En effet, cela permet d'introduire du jeu dans les divers points de vue qu'il est possible d'avoir sur soi, sur la pluralité des identités possibles, même contradictoires, même paradoxales.

3.3 Condensation rituelle et illusion perceptive orientée

Dans ce troisième chapitre, nous verrons comment, le dédoublement favorisant le jeu avec une palette d'identités, amène Severi à une interprétation renouvelée de l'efficacité symbolique au sein de laquelle l'image se forme à partir d'informations plurielles, contradictoires, obscures. Cette compréhension de l'image, à l'intersection de la projection et de l'objectivation nous ramènera à une branche oubliée de l'anthropologie du XIXe siècle : l'anthropologie de la biologie des images. De même, l'image à l'intersection de la projection et de l'objectivation nous permettra d'envisager sous un angle nouveau, proches des perspectives de Tobie Nathan et de Bruno Latour, le rôle des objets rituels, des fétiches, des tiers.

3.3.1 L'efficacité symbolique, une illusion perceptive orientée

Revenons au chant chamanique Kuna. Nous nous rappelons que des recherches plus récentes que celles de Lévi-Strauss ont mis en évidence que la parturiente ne comprend pas le langage rituel qu'emploie le chamane. Cependant, selon Severi (2007 : 251), il est évident que la patiente connaît ce que tout le monde sait d'un chamane : il part en voyage, il est à la recherche d'une âme qui s'est enfuie de son corps, il s'engage dans un duel avec les esprits animaux. Toutes ces idées lui sont familières. De plus comme d'autres recherches effectuées par l'auteur (Severi, 1983) l'ont démontré, un lexique limité venant de la langue quotidienne filtre toujours, même partiellement, dans le langage de l'initié.

Ainsi, malgré l'incompréhension des mots, il s'établit une sorte d'atmosphère plutôt familière, où la femme malade, ou tout autre patient, comprend quelques « mots-indices ». « L'image construite par le chant, sur la scène rituelle de l'énonciation, peut donc se décrire comme une sorte de trame, de ligne régulière et continuelle, composée de sons énoncés. Parallèlement à cette ligne apparaissent, de manière discontinue et

irrégulière, comme des points lumineux, les mots dont le patient aura compris le sens » (Severi, 2007 : 251).

Cette situation, pour Severi, implique les deux conditions que Gombrich assigne à l'engendrement d'une illusion perceptive. En effet, selon Ernest Gombrich (1960 : 208-222), « Il existe deux conditions de base qui doivent toujours être satisfaites si on veut déclencher le mécanisme de la projection. La première est que l'on ne doit jamais laisser à l'observateur aucun doute sur la manière dont il doit associer ce qu'il voit avec ce qu'il doit « comprendre » de l'image. La seconde est que l'observateur doit toujours pouvoir disposer d'un « écran » : il s'agit d'une aire vide, ou confuse, sur laquelle il pourra projeter, sans être dérangé, l'image qu'il « s'attend » à voir » (in Severi, 2007 : 249-250).

Il semble que nous voyons apparaître une situation analogue à cette illusion, mais transposée dans le champ sonore lors de la situation rituelle décrite plus haut. D'une part, la familiarité de certains traits qui sont saisis et compris, et d'autre part la présence d'un écran vide, ici constitué de séquences de sons incompréhensibles et énoncés dans le noir. « Dans ce vide se réalise (comme dans le cas d'une illusion ou d'une figure partielle) un travail mental qui pousse à compléter, par projection, l'image sonore, engendrée par le son énoncé » (Severi, 2007 : 251-252)

D'après Severi toujours, avec cette perspective on peut enfin commencer à comprendre le genre de communication rituelle que Claude Lévi-Strauss a appelée *efficacité symbolique*. Cette perspective nous permettrait d'identifier un terme intermédiaire entre perception individuelle et codification collective de la maladie, « qui nous échappait régulièrement lorsque nous adoptions le point de vue du contenu des chants » (*ibid* : 252). Le point de conjonction résiderait dans la construction non plus d'un discours, non plus d'un système de signes, mais *d'une illusion perceptive orientée* (souligné par Severi). L'énonciation « chantée » apparaît comme une sorte de tapis sonore, une tache de Rorschach auditive (si l'on peut dire), une image sonore incomplète qui permet au/à la patient.e d'y voir ce dont il/elle a besoin.

La force magique, *l'efficacité symbolique* du chant kuna n'aurait donc pas son origine dans la capacité du chamane à assigner « une forme et un sens là où se déployait auparavant un chaos de sensations brutes et absurdes » (Le Breton, 1991). Cette magie

proviendrait du/ de la patient.e lui/elle-même, « qui confère du sens aux aspects latents de ce que le thérapeute énonce » (*ibid* : 253), qui crée une image qui fait sens.

Je propose ici de mettre en lien explicitement cette théorisation avec la perspective, vue au chapitre précédent, selon laquelle le rituel est le lieu « où surgissent des identités à la fois complexes, plurielles et contradictoires », appelée « condensation rituelle » par Houseman et Severi. Au cours du rituel, notent ces auteurs (1994 : 195), les pratiquants sont confrontés à des expériences bizarres, à des objets étranges et à des personnages mystérieux où certains éléments de la vie ordinaire sont détachés de leur contexte habituel et/ou combinés avec d'autres de façon originale. Cette constellation incomplète d'indices engagerait les participants dans une élaboration symbolique qui leur permettrait de réactualiser certains aspects essentiels de leur culture (Turner, 1969 : 156).

De même, dans les pratiques étudiées, les praticien.ne.s relèvent qu'ils/elles se retrouvent dans un espace *psychoïde*, face à une *polyphonie*, ils/elles laissent *des instances qui ne sont pas toujours d'accord coexister*, des *énergies différentes*, *parfois mêmes opposées*. Ces corrélations entre « condensation rituelle » de relations contradictoires, paradoxales, images, perceptions et projections m'amènent à reprendre, avec Severi, un pan de l'histoire de l'anthropologie dont les manuels actuels ont pour ainsi dire perdu la trace. L'anthropologie de la biologie des images.

3.3.2 Une anthropologie de la biologie des images

Severi nous apprend que « La biologie des images » ou le « biologie des ornements », en tant que branche de l'anthropologie du XIXe siècle, a fait l'objet du travail de plusieurs générations de chercheurs[84] en Allemagne, en Suède ou en Angleterre et surtout au sein de la société américaine d'anthropologie (Severi, 2007 : 46)

En s'intéressant aux propos de ces chercheurs oubliés de l'anthropologie, on découvre qu'ils pourraient tout à fait être actualisés dans le cadre de la réflexion qui nous occupe.

---

[84] A noter que, selon Severi, Bateson dédia son analyse du rituel Iatmul du Naven en 1936 à Alfred Haddon, premier professeur d'anthropologie à Cambridge, qui fut aussi le dernier à avoir abordé la « biologie des images » comme l'une des branches de notre discipline (1910).

Ainsi, en 1873, Robert Vischer (1994 (1873)) écrit que « toute perception est le produit d'une mise en relation inconsciente entre l'image extérieure – ou plutôt sa forme – et cette activité de projection incessante qui fait partie de la projection visuelle ». Pour nommer ce phénomène il choisit le terme d'« empathie visuelle » (Severi, 2007 : 37).

Pour Vischer (1994 : 109) la projection « lie intimement l'observateur à l'image en créant une sorte de compromis entre ce qui émane de l'imagination et ce qui se trouve représenté par la perception et elle enrichit l'image de chaînes associatives d'idées ». Il rajoute que l'une des conséquences les plus remarquables de cette activité psychique est que « des connotations mentales » absentes de l'image extérieure peuvent devenir des parties essentielles de cette totalité inextricable qu'est l'expérience visuelle » (Vischer *in* Severi, 2007 : 38).

De même, Lessing (1990 (1766)) auquel se réfère encore Severi, « montre que ce que nous appelons « projection » est constitué de deux opérations mentales distinctes qui, en renvoyant nécessairement l'une à l'autre, engendrent la croyance visuelle » (Severi, 2017 : 355) Dans le processus de perception, il y aurait à la fois, une phase de projection phantasmatiques, déclenchée par l'interprétation d'une constellation incomplète d'indices, mais aussi, en même temps une objectivation dans le caractère externe et objectif de ces projections.

Ces réflexions du XIXe siècle trouvent un écho particulier dans les théories de sciences cognitives plus actuelles. Selon Varela et Depraz (2001 : 200-201) il est encore fréquent de considérer que la cognition se situe au niveau des représentations de la réalité tangible, médiatisée par les sens. Or, pour ces auteurs, et d'autres depuis, cette vision est problématique. En réalité la cognition peut difficilement être envisagée comme un processus linéaire qui prendrait place entre les inputs sensoriels et les outputs sous forme d'action.

Varela conçoit plutôt la cognition comme un processus impliquant des agents ayant un corps, situés dans un environnement donné. Il introduit le terme de « *enactive cognition* » pour désigner cette approche. L'« *enaction* » implique les concepts de « réciprocité » et de « synchronie ». Cela signifie que :

> In brief, cognition is enactively emergent and is the codetermination of local elements and the global, emergent cognitive subject. Mind is pervaded by

> imagination and is not just about representing an "external world." The mind is about constantly generating a coherent reality that constitutes a world through the dynamics of local-global transitions. Perception is as imaginary as imagination is perception based, by now a familiar theme that we recover from its dynamic grounds as nonlinear causality (Varela et Depraz, 2001: 215).

Ainsi, le sujet perçoit son environnement en fonction des informations qu'il possède, sous forme d'images (projection), mais ces images sont elles-mêmes informées par le contexte (objectivation), ceci dans un processus simultané et réciproque. Pour Varela et Depraz, comme pour les auteurs cités plus haut, les images et l'imagination jouent un rôle clé :

> "(…) imagination is indeed not an added human detail but at the very core of cognitive/mental life altogether. Second, that this imagination works because the autonomous working of the organism operates on the basis of a large-scale integration of multiple concurrent processes. Third, the nature of this non-linear emergent process (plausibly through nonlinear synchronization) is a dynamic and transient process that occurs in pulses of lived temporality. Accordingly, mental imagery (…) appears, from the point of view of cognitive neuroscience, as a global dynamic pattern that integrates multiple concurrent activities" (Varela et Depraz, 2001: 203-204).

Lorsqu'on envisage la cognition de cette manière, de nombreux dualismes disparaissent. On n'oppose plus la conscience et les faits, le local et le global, le corps et l'esprit, etc. Tous les niveaux sont enchevêtrés la notion de « pont » devient caduque. Dans cet enchevêtrement les images permettent d'intégrer les multiples dimensions même concurrentes. Pour Varela et Depraz, "imagination is a perfect example of what we wish to call (with Bruno Latour) a *mixed* object (*op. cit.*: 225). There is no gap to bridge, only traces to follow (*ibid*: 226).

En effet, pour Latour, jusqu'à récemment (en encore bien souvent) le sujet de la psychologie était considéré comme pouvant accumuler, au sein de son intériorité, la totalité de son être. Or, il semble aujourd'hui plus pertinent d'envisager un « quasi-sujet » mêlé aux « quasi objets » (Latour, 2009 : 106-107). Ce nouveau sujet « ressemble plutôt à un *feuilleté*, traversé par les véhicules divers dont chacun le définit

en partie, ainsi sans jamais s'y arrêter tout à fait » (*ibid*).

Cependant, rajoute Latour (*ibid* : 109) ce n'est pas parce que on ne distingue plus les représentations et les faits qu'on plonge dans l'indifférencié. Au contraire cela permet bien plus de nuances, bien plus de liberté. La liberté ne s'exprime plus par le détachement, un regard objectif sur les faits, mais à l'inverse par la multiplication des liens qui mêlent sujets et objets. Et pour Latour aussi, dans *Iconoclash*[85], ce sont les images qui cristallisent ce rôle de médiateur entre les représentations et les faits, c'est l'imagination qui permet de gagner en nuances et en liberté en démultipliant les liens possibles entre les « quasi-sujets » et les « quasi-objets ».

Cette mise en perspective théorique donne encore un autre relief au propos des praticien.ne.s pourtant déjà mentionnés:

> *Les images, elles ont cette fonction aussi où peu à peu… le puzzle se reforme* (H1)
>
> *J'utilise le mot « symbole » pour cette expérience, si je reviens à ça... parce que je vois mes mains qui font ça… c'est cette totalité… c'est qu'à un moment donné il y a, ça réunit et ça ramène dans un espace beaucoup plus vaste… (…) pour moi c'est le mot qui me convient le mieux… parce que… ça a à voir avec un sentiment de totalité, et ça a à voir avec une grande polarité, et le vécu d'un paradoxe…* (H2)
>
> *Pour moi une image est une interface. Je pense à quelque chose comme ça. Elle est… c'est un connecteur…* (…) *ce serait comme un relais entre deux sortes de réalités* (J5)

85 Se distinguant du geste destructeur de l'icône, le néologisme iconoclash proposé par Bruno Latour identifie ici le moment de la crise, de la reconnaissance du non savoir, bref de l'indéterminé. Cette identification opère dans le cadre d'une « exposition de pensée » (p. 194). Il s'agit en l'occurrence de rendre palpable ce qui se joue dans la pensée, dont le caractère représentatif a si souvent été questionné (ici encore, on pense à la métaphysique classique et à sa figure cartésienne). En puisant ses exemples dans un dispositif triangulaire interrogeant la fabrication des images produites par la religion, la science et l'art, l'auteur propose de « documenter, d'exposer, de faire l'anthologie d'un certain geste, d'un certain mouvement de la main » (p. 144) - qualifiant de la sorte le mouvement destructeur du briseur d'idoles. Que traduit ce mouvement, contre quoi se trouve-t-il mis en œuvre, et que produit-il en définitive ? (Lenglet, 2010).

Oui il y a une rencontre… (…) *mais la rencontre c'est pas toujours visible. Simplement tout à coup, les choses sont claires…* (J6)

On est très concentré et tout d'un coup, il y a comme ça une… une image qui… qui réunit des éléments d'une façon créative aussi…(J2)

C'est vraiment à un moment donné, c'est beaucoup plus fort, il y a vraiment une image qui fait sens et que je vis comme un mandala… et qui est très significative… et qui relie toutes les parties de mon psychisme… donc qui fait appel à tous les sens… à l'éprouvé dans sa globalité… (H2)

Il y a dans la tension des opposés qui peuvent nous habiter… on les porte, on les travaille, on les réfléchit, on en souffre… et puis le symbole ce serait ce troisième qui peut tout à coup… naître pour les unifier…. Pour créer une unité, pour créer quelque chose… voilà qui se centre, qui s'unifie, qui apaise la tension, dans quelque chose qui naît, une image qui naît de ça… (J2)

De même, lorsque Teresa Robles évoquait que, « Dans la narration de métaphores, d'histoires et d'anecdotes opère aussi ce que Gregory Bateson appelle « la structure qui relie » (Bateson, 1984) » (Robles, 2007 : 27).

Ou encore lorsqu'Isabelle Célestin-Lhopiteau (2011 : 29) écrit, en référence à Roustang, « Quand on utilise des métaphores, on ne fait pas un exercice de pensée, séparé du réel, on manie le réel » (Célestin-Lhopiteau, 2011 : 29).

Pour Roustang (2003 : 52), « une seule image (…) résume la complexité infinie d'un rapport au monde », « Tout patient qui invente l'image efficace est un artiste ou un sage ».

3.3.3 Tiers, objet transitionnel, fétiches

Nous venons de voir que les images se construisent à la jonction de la projection et de l'objectivation, tant dans l'analyse de la cérémonie Kuna revisitée par Severi, que dans la vie quotidienne selon des auteurs comme Vischer, Varella et Depraz, Latour. Il s'avère que les objets rituels ainsi que, de manière générale, les tiers évoqué par mes interlocuteur/rice.s jouent un rôle similaire aux images.

Severi, dix ans après la parution de « Le principe de la chimère » (2007) écrit un nouvel ouvrage intitulé « L'objet-personne : une anthropologie de la croyance visuelle » (2017). Il écrit

« Dans l'espace du rituel, sous forme de statuettes, d'images peintes ou de fétiches, les objets sont naturellement censés représenter des êtres (esprits, divinités, ancêtres) construits à l'image de locuteurs humaines. De ces êtres, les artéfacts offrent avant tout une image ; et c'est en tant que représentations iconiques que les anthropologues ou les historiens de l'art les considèrent habituellement. Dans ce cadre, il est pourtant clair que l'artéfact fait plus que représenter un esprit ou un être surnaturel » (Severi, 2017 :135-136)

Severi inscrit ces constats dans la réflexion menés au sujet des images, entre projection et objectivation. Il relève :

« Lorsque l'on cherche à rendre compte de sa complexité spécifique, l'objet animé est en réalité beaucoup plus proche d'un cristal que d'un miroir. C'est une image multiple, plurielle, composée de traits partiels et inachevés, provenant d'identités différentes et parfois antagonistes. Si on déchiffre cette complexité de l'artéfact animé, l'espace de pensée que l'action rituelle présuppose – et le lien de croyance qui s'établit entre les objets et les personnes – apparaissent sous une tout autre lumière » (*ibid* :16-17)

Selon Tobie Nathan, les « sociétés traditionnelles » ont compris depuis longtemps que « (…) pour penser l'interaction entre deux personnes (thérapeute et malade), il était indispensable de passer par un troisième terme, de nature radicalement différente, destiné à l'intercaler entre les deux protagonistes, sans qu'aucun des deux ne parvienne jamais à le maîtriser » (Nathan, 2001 : 25-26). Ainsi dans les « tradi-thérapies » on recourt aux « esprits », aux « divinités », au « fétiches ». Pour Nathan et Stengers (2012), le recours à un troisième terme engendre un processus créatif, producteur de vie. (*ibid* : 18). Ils expliquent cette créativité dans des termes très proches de ceux auquel recourt Latour pour exprimer la liberté gagnée par la démultiplication des liens à travers le prisme de l'image. Pour Nathan et Stengers, si le recours à un troisième terme favorise la créativité c'est parce que les fétiches, les objets rituels et les tiers de manière générale, se situent à l'interface d'univers multiples. Ils permettent de rendre palpable puis pensable une réalité émergente, à la frontière d'univers multiples.

Il me semble pertinent de mettre en lien, comme le font Luhrmann (2013 : 715) et plusieurs des praticien.ne.s, ces réflexions sur les tiers, les fétiches, avec les théories de Winnicott sur l'« objet transitionnel ». Pour Winnicott l'« objet transitionnel » est un objet intermédiare, il n'est pas tout à fait une part du corps de l'enfant, mais il n'est pas non plus totalement un objet de la réalité externe (Winnicott, 1971 : 2). Ce même objet n'est pas tout à fait la mère mais il permet de ressentir l'amour de cette mère en son absence. L'objet n'est donc pas tout à fait inanimé pour l'enfant malgré la conscience de celui-ci que l'objet n'est pas vivant.

Il est intéressant de mentionner que, selon Thomassen (2014 : 105), Turner dans un de ses derniers essais (1988) s'est intéressé à la figure du « trickster » comme faisant le lien entre le corps, le cerveau et la culture. Il aurait même évoqué qu'il permettrait une circulation entre les hémisphère gauche et droit du cerveau.

Ces diverses considérations sur les objets rituels, les fétiches, les objets transitionnels, les tiers me ramènent au propos de mes interlocuteur/rice.s sur le rôle de *psychopompe* qu'ils/elles attribuent aux divers tiers :

> *On parle souvent en termes jungiens des animaux qui sont des psychopompes… ils font le lien avec le monde… le monde des morts, le monde de l'invisible… Hillman en parle… donc les animaux sont des médiateurs, ils sont à la fois instincts mais Hillman dit aussi « des anges quelque part »* (J7)

H1 me dit à propos des abeilles, rencontrées lors d'une transe hypnotique, encore ému à l'évocation de ce souvenir :

> *Elles ont eu un pouvoir incroyable ! Elles ont eu le pouvoir de me faire passer… le pouvoir de me faire revenir… elles ont été psychopompes comme on le dit dans le jargon… d'oser faire ce chemin... D'oser aller explorer ces frontières qu'on ne peut explorer que par l'imagination… on ne sait pas ce qu'il y a de l'autre côté* (H1).

Pour Hillman (2005 : 116), « *Lorsqu'une image est comprise – pleinement imaginée comme être vivant autre que moi-même -, elle devient alors un psychopompos, un guide avec une âme ayant ses propres limites et sa propre nécessité* ».

Alors que nous retrouvons dans ces discours, le principe d'interface entre les univers multiples, évoqués par les différents auteurs cités plus haut, Severi nous propose encore d'envisager le rôle du chamane, et plus généralement du thérapeute, en tant que « trickster ». Il écrit :

« (…) là où l'ethnographie est en mesure de nous donner une image détaillée de l'activité chamanique, la figure du chamane se fait de plus en plus paradoxale. Celui-ci peut certes être représenté comme l'ennemi principal d'un jaguar ou d'un anaconda. Mais bien souvent on le représente également comme une incarnation possible de ces animaux. Par conséquent, l'identité rituelle du chamane, peut osciller entre l'image d'un esprit thérapeutique et bénéfique et celle menaçante, d'un prédateur symbolique (Crocker, 1985 ; Viveiros, 1991) » (Severi, 2007 : 218).

⁂

Les informations rassemblées dans ce chapitre me paraissent valider le bien-fondé de l'intuition qui motiva cette recherche : l'importance des images. Il apparaît même que les images furent même l'objet d'une des sous-disciplines de l'anthropologie au XIXe siècle. Au-delà de leur rôle crucial dans l'efficacité symbolique au cœur des rituels et des thérapies étudiées, l'étude de l'imagination semble à même de questionner certains présupposés sur lesquels reposent notre conception de la cognition et plus généralement notre conception du sujet et de la relation sujet-objet. Selon Varela et Depraz, chercheurs en sciences cognitives, classiquement la cognition est envisagée comme les différentes opérations effectuées par le sujet sur les représentations qu'il a construites à partir de sa perception de la réalité tangible et objective. Or, en réévaluant la place des images et de l'imagination, en s'intéressant à l'interaction entre projection et perception que décrivait l'anthropologie de la biologie des images au XIXe siècle, Varela en arrive à parler d'« enactive cognition ». Tout comme le suggère Bruno Latour, il n'y aurait plus un sujet distinct d'une réalité objective, mais des « quasi-sujets » mêlés à des « quasi-objets ». Cette conception de « quasi-sujets » mêlés à des « quasi-objets » nous a également permis de reconsidérer la place des objets rituels, des tiers, dans une conception à nouveau très proche des écrits de Bruno Latour sur les « faitiches », mais également des propos Tobie Nathan sur les fétiches. A partir de ces diverses théories, il me semble possible d'imaginer les rituels et les thérapies étudiées comme des « espaces transactionnels » où l'on s'autorise à jouer avec les projections

et les perceptions pour donner naissance à de nouvelles images. Ces nouvelles images favorisant un « symbolic healing » (Moerman, 1979) grâce à l'« efficacité symbolique ».

3.4 Qui est l'agent ?

Si une analyse des interactions rituelles et thérapeutiques comme favorisant la création d'images « guérissantes » est en soi intéressante, elle laisse néanmoins encore de côté une question générant de nombreuses controverses : Qui est l'agent ? Dans ce quatrième chapitre, nous considérerons les propos des acteur/rice.s qui tant dans les pratiques étudiées que dans celles de la biodanza, objet d'études de Houseman et ses collègues, qui témoignent de « moments de grâce » qui interviennent comme des *surprises*, hors de toute volonté, dans lesquels les pratiquant.e.s reçoivent des *cadeaux*. Nous envisagerons quelques pistes proposées à nouveau par les sciences cognitives sur le rôle des images et des métaphores, tant dans l'inconscient précognitif (Lakoff et Johnson) que dans le principe d'homéostasie du vivant proposé par Antonio Damasio.

3.4.1 Une fluidité harmonieuse et enchanteresse

Selon Houseman (2012 : 188), les participants confrontés à la « condensation rituelle »[86] « (…) doivent nécessairement postuler l'existence d'une source autre d'intelligibilité et d'efficacité ». Pour Severi (2017 :113) « Lors de la célébration d'un rituel ou pendant l'énonciation d'un chant mythique, c'est l'objet lui-même qui porte entièrement la responsabilité et le poids de l'exercice d'une autorité »

Rappelons-nous que dans les divers témoignages des praticien.ne.s chamaniques on retrouve l'idée que *ce n'est pas eux* qui agissent. Ils se mettent en relation avec un *esprit*, des *alliés*, des *animaux totems*, un ou une *guide*, une ou des *énergie.s* qui vont les *guider* dans leurs actions dans le *monde invisible* d'une part, mais qui vont aussi leur *montrer* les *actes* à faire, les *rituels* à donner.

[86] Rappelons que la « condensation rituelle » rassemble, au cœur du rituel, des éléments disparates délivrant des messages qui paraissent incompréhensibles, obscurs, ou même absurdes aux participants » (Houseman, 2012 : 185)

Dans les autres pratiques thérapeutiques étudiées, si les acteur/rice.s ne disent pas s'en remettre à un.e guide ou à un.e allié.e, ils se laissent néanmoins guider par *la respiration*, *la sagesse du corps*, *l'inconscient*. Ainsi, comme déjà mentionné, J1 me décrivait :

> *Le fait de prêter attention… de respecter… d'être dans une sorte de respect… d'attendre que l'inconscient se manifeste… on va recevoir des cadeaux…* (J1)

La notion de cadeau revient à de nombreuses reprises, alors que les acteur/rice.s s'interrogent sur celui ou celle qui serait à l'origine de ces cadeaux :

> *Je le considère à la fois comme un cadeau… quelque chose qui m'a vraiment été donné à dessein… une information qui m'a été donnée à dessein, mais par qui… je sais pas…* (C1)

> *Tu ouvres, et puis il y a quelque chose qui vient, et pis tu le comprends pas quoi… et pis… « ok d'accord, faisons confiance » et pis tu te rends compte qu'ils en savaient bien plus que toi… que c'était juste le parfait cadeau et pis que c'était juste ce que tu avais besoin…* (C7)

> *Comme si on était rencontré par quelque chose du mystère du monde ou de la réalité qui se cache derrière cette réalité-ci qui est relativement restreinte*

Lorsque Houseman et ses collègues publient leurs recherches sur la Biodanza, ils font état de quelque chose de très similaire. Ils mentionnent que dans des instants hors du commun qui surprennent « (…) toute volonté cède la place à la sensation immédiate d'une fluidité harmonieuse et enchanteresse. Ces temps d'aisance et de clarté peuvent être très brefs, occasionnés par une coordination étonnamment parfaite et inattendue entre son propre mouvement et celui de ses voisins de ronde, ou plus longs, lorsque deux partenaires se trouvent pris ensemble, au fil de leur danse, dans une synergie jouissive » (Houseman *et al*., 2016 : 10).

Ils rajoutent que « De tels moments de grâce sont d'autant plus fascinants qu'ils surgissent dans le cadre d'une danse à deux, car ils sont enrichis par une réverbération interpersonnelle : chacun voit, comprend et apprécie le fait que l'autre voit, comprend et apprécie » (*ibid*).

Nous retrouvons dans ces descriptions plusieurs expériences relatées par les praticien.ne.s rencontrées. Ainsi J1 mentionnait à propos d'une imagination active dans un travail avec de la terre en vue de fabriquer un masque :

A un moment donné on sent qu'on a le masque qui vient… mais c'est pas, c'est pas ce qu'on a voulu tel ou tel au départ, c'est que tout à coup ça prend forme dans les mains, de manière autonome…(J1)

Ou lorsque C8 raconte comment, jour après jour, dans des imaginations actives répétées au cours d'une cure ayurvédique en Inde, elle a vu un vase se reconstruire, symbolisant pour elle le recouvrement de sa santé. D'un pot en terre-cuite cassé, le vase s'est peu à peu transformé en canal de cristal traversé par une lumière.

Comme mes interlocuteur/rice.s, Houseman *et al*., soulignent qu'on ne peut pas déclencher volontairement ces « moments de grâce » mais que l'on peut s'exercer à mettre en place les conditions *pour qu'à un moment donné ça se passe…*(J2). Cela demande notamment d'accepter de ne pas être l'agent du changement mais seulement le garant du processus en train de se faire.

Ces témoignages m'ont conduit à de longues réflexions. Jusqu'ici, en nous fondant sur les théorisations de Houseman, Severi et Luhrman, je pouvais considérer l'efficacité symbolique comme le résultat d'un processus dans lequel un individu, généralement confronté à la souffrance ou à des difficultés existentielles, était conduit au travers d'un rituel, qu'il soit new age, religieux, chamanique ou thérapeutique, à faire l'expérience de la condensation rituelle. Dans un état de « dédoublement », de pluralité identitaire, confrontée à des messages paradoxaux, obscurs, contradictoires, absurdes, la personne était amenée à créer elle-même une image qui fait sens à partir d'une constellation incomplète d'indices, et à ainsi réactualiser certains aspects essentiels de sa compréhension et de son vécu d'une certaine situation problématique.

Dans cette perspective, il est facile de laisser la créativité au hasard ou encore fondée sur une actualisation du « stock » de connaissances et de compétences propre à la personne mise en lien avec de nouveaux éléments. Mais cela ne me semblait, et ne me semble toujours pas, susceptible d'expliquer « ces instants hors du commun » où toute volonté cède la place à « une fluidité harmonieuse et enchanteresse ».

Les explications envisagées par mes interlocuteur/rice.s m'ont amenée à me tourner vers les sciences cognitives. En effet, nous avons vu que pour elles/eux il est probable que la vie naturelle, animale, l'éthologie, l'épigénétique et les dimensions transgénérationnelles soient des sources potentielles d'explication.

3.4.2 L'inconscient pré-cognitif comme agent

Plusieurs chercheurs en sciences cognitives ont consacré des ouvrages entiers à l'importance des images, et plus particulièrement des métaphores et de l'imagination dans le fonctionnement de ce qui sous-tendrait notre conscience, dans une part de nous préréflexive.

Pour Lakoff (professeur de linguistique cognitive à Berkeley) et Johnson (professeur de philosophie à l'Université de l'Oregon), avant l'acquisition du langage, l'enfant fait l'expérience du monde au travers de son ressenti corporel, à partir duquel il élabore des métaphores qui sous-tendront par la suite le langage. Par conséquent, selon Lakoff et Johnson (1999), tous les automatismes, tout ce qui sous-tend la construction de la réalité cristallisée au moment de l'acquisition du langage, soit l'entier de notre inconscient cognitif, se présente sous la forme de métaphores incorporées. Étant donné que pour ces auteurs, l'inconscient cognitif représente 95% de nos pensées, ils en arrivent au fait que 95% de nos pensées s'expriment sous la forme de métaphores :

> "Conscious thought is the tip of an enormous iceberg. It is the rule of thumb among cognitive scientists that unconscious thought is 95 percent of all thought – and that may be a serious underestimate. Moreover, the 95 percent below the surface of conscious awareness shapes and structures all conscious thought. If the cognitive unconscious were not there doing this shaping, there could be no conscious thought. The cognitive unconscious is vast and intricately structured. It includes not only all our automatic cognitive operations, but also all our implicit knowledge. All of our knowledge and beliefs are framed in terms of a conceptual system that resides mostly in the cognitive unconscious. Our unconscious conceptual system functions like a "hidden hand" that shapes how we conceptualize all aspects of our experience" (Lakoff and Johnson, 1999: 13).

> "What is starling is that, even for these most basic of concepts the hidden hand of the unconscious mind uses metaphor to define our unconscious metaphysics

> – the metaphysics used not just by ordinary people, but also by philosophers to make sense of these concepts" (*ibid* : 14).

Dans le même ordre d'idée Varela et Depraz soulignent :

> "Two main points that we need to retain here are the following. First, contrary to common sense and the empiricist tradition (namely, Hume), imagination belongs to the very core of human consciousness, in close relation with memory and remembrance, fantasy, dreams, and perception itself. Second, imagination is grounded on a prereflexive (or prenoetic, unconscious) level of consciousness from which it shines forth" (Varela et Depraz, 2001: 204).

Ainsi pour Varela, Depraz, Lakoff et Johnson l'imagination et les métaphores sous-tendent la conscience, sous-tendent le langage. En outre les images et les métaphores ne sont pas « désincarnées ». Au contraire, elles se fondent sur notre expérience corporelle et sensorielle. Selon Lakoff et Johnson: "If you are a normal human being, you inevitable acquire an enormous range of primary metaphors just by going about the world constantly moving and perceiving. Whenever a domain of subjective experience or judgment is coactivated regularly with a sensorimotor domain, permanent neural connections are established via synaptic weight changes. Those connections, which you have unconsciously formed by the thousands, provide inferential structure and qualitative experience activated in the sensorimotor system to the subjective domains they are associated with (1999: 57).

Donc, les structures conceptuelles auxquelles nous recourons sont incarnées de façon triviale, dans le sens où elles sont façonnées par nos structures neurales. Mais nos concepts sont incarnés également dans un sens plus profond et plus important. Nos concepts sont incarnés parce qu'ils activent, via les métaphores, les mêmes connexions neuronales en jeux dans les activités sensorimotrices. Chaque métaphore « primaire » - qui tels les atomes pourra ensuite s'assembler pour former des molécules complexes– est donc incarnée de trois manières. « (1) It is embodied through bodily experience in the world, which pairs sensorimotor experience with subjective experience. (2) The source-domain logic arises from the inferential structure of the sensorimotor system. And (3) it is instantiated neurally in the synaptic weights associated with neural connections" (Lakoff and Johnson, 1999: 73). "There are hundreds of primary

metaphors. Together these metaphors provide subjective experience with extremely rich inferential structure, imagery, and qualitative "feel", when the networks for subjective experience and the sensorimotor networks neutrally connected to them are coactivated" (*ibid* : 59).

En extrapolant à partir de ces explications, on pourrait envisager la possibilité que si les acteur/rice.s ont le sentiment d'être agi en dehors de leurs volontés, notamment en s'en remettant à leur imagination, aux images au sens large c'est-à-dire incluant les images corporelles, aux métaphores, c'est parce qu'ils s'en remettent à leur inconscient cognitif, aux expériences sensori-motrices qui sous-tendent la conscience, à leur vécu préverbal. Sans réfuter cette possibilité Antonio Damasio me semble aller plus loin encore.

3.4.3 L'homéostasie comme guide

Pour Damasio, « La phénoménologie de la perception des émotions montre que les sentiments humains résultent de l'imagerie multidimensionnelle et interactive de nos processus vitaux et de leurs composantes chimiques et viscérales. Les sentiments traduisent la qualité de ces processus et leur viabilité future » (Damasio, 2017 : 286). Pour le dire autrement, les images mentales sous-tendent les émotions qui elles-mêmes informent le sujet sur l'état de ses processus vitaux, non seulement dans une perspective présente mais aussi dans la perspective future pour le bien de la descendance du sujet. On voit que dans ce processus les images ont un rôle prépondérant. Selon Damasio, « Les images sont la monnaie universelle de l'esprit (2017 : 130-131). Elles constituent « une étape de transformation dans l'existence des organismes vivants complexes ; une conséquence heureuse de la coopération entre le corps et le système nerveux (…) » (2017 : 111). Pour cet auteur, « l'unité de base de l'esprit est l'image », de la même manière que pour Lakoff et Johnson, la métaphore peut être comparée à la cellule comme unité de base des tissus, des organes ou des gènes. En outre, le processus de la conscience s'appuie lui-même sur les images (Damasio, 2017 : 130-131). En effet, la conscience « inclut également des schémas formant des ponts entre les images, ou des abstractions formées par ces images. Selon votre profil mental, vous pourrez percevoir ces schémas et ces abstractions plus ou moins clairement. J'entends par là qu'il est possible de construire, « de manière confuse, et comme dans un miroir », des images secondaires (…) » (*ibid* : 208-209).

Donc, non seulement des images émergent de la coopération entre le corps et le cerveau dans leur relation à l'environnement, mais la conscience que nous avons de ces images s'appuie aussi sur des images. De même, la conscience que l'on peut avoir des processus de la conscience. Mais il y a encore un autre type d'images. Des images qui sont comme des « photographies » de l'ensemble de notre corps lorsque le passage des images émanant de l'interaction corps, cerveau, environnement, suscite une plus grande attention, attention elle-même générée par un certain degré d'émotion. Il arrive que l'enregistrement de ces « photographies » « rivalisent de clarté avec les nouvelles images que nous générons dans l'instant présent » (Damasio, 2017 : 136). Une réflexion qui va dans le sens des théories vues plus haut, selon laquelle « des connotations mentales » absentes de l'image extérieure peuvent devenir des parties essentielles de cette totalité inextricable qu'est l'expérience visuelle » (Vischer *in* Severi, 2007 : 38).

La majeure partie de notre faculté de raisonnement requiert une interaction entre ce que les images actuelles nous montrent du *présent* et ce que les images remémorées nous disent du passé. Un raisonnement efficace requiert en outre l'anticipation de ce qui vient après (Damasio, 2017 : 140). Ainsi, pour cet auteur, on peut « raisonnablement affirmer que nous vivons une partie de notre vie dans le futur anticipé et non uniquement dans le présent. Il pourrait s'agir là d'une conséquence supplémentaire du phénomène de l'homéostasie. Pour cette dernière, le « maintenant » est secondaire : sa préoccupation constante demeure l'« à-venir » (*ibid* : 142). Or, cette anticipation dépendante de la remémoration des images du passé, se fonde sur le processus d'imagination. La remémoration des images du passé joue un rôle fondamental dans le processus de l'imagination, qui est elle-même le terrain de jeu de la créativité. Une immense partie de ce que nous stockons dans notre mémoire n'est pas liée au passé ; ces éléments nous permettent plutôt d'anticiper le futur – celui que nous imaginons pour nous et pour nos idées (*ibid* : 141).

Ainsi si l'on en croit Damasio, non seulement les images seraient à mettre en lien avec ce qui sous-tend notre conscience et seraient indispensables aux échanges d'informations entre le corps, le cerveau et l'environnement, mais par ailleurs, par le biais des émotions, les images interviendraient pour réguler le principe d'homéostasie, à savoir ce qui gouverne inconsciemment nos choix en fonction, d'une part de ce qui

est le mieux pour notre organisme en particulier et l'espèce en général aujourd'hui, mais en tenant compte également des générations futures.

⁂

Si l'efficacité symbolique peut-être envisagée comme un jeu interactionnel favorisant l'émergence d'une image pleine de sens pour le/la patient.e, cela n'explique pas le sentiment de *cadeau*, « d'harmonie » et de « fluidité enchanteresse », qui plus est peut-être partagée lors d'une danse à deux. Dans cette situation à deux « chacun voit, comprend et apprécie le fait que l'autre voit, comprend et apprécie » ce qui est en train de se vivre. Sans vouloir réduire les explications possibles aux sciences cognitives, il m'a paru intéressant de mettre en perspectives ces expériences au sein desquelles les pratiquant.e.s ne se sentent plus agent.e mais *agie par une dimension qui les dépasse* avec les théories d'une part sur l'inconscient cognitif, d'autre par sur l'homéostasie. Ainsi, il se pourrait que dans des activités au cours desquelles les acteur/rice.s portent toute leur attention sur leurs sens, et leur imagination, ils/elles observent (grâce au dédoublement) un phénomène qui est généralement entravé par la volonté ou la prédominance d'une relation objectivante au monde. S'entraîner au « double positionnement psychique », porter son attention sur les sensations, pourrait permettre aux expériences qui sous-tendent le langage de s'exprimer sous forme d'images, de métaphores. Plus que les expériences qui sous-tendent le langage, cela pourrait aussi être envisagé comme l'expression du principe qui informe le sujet, par le biais des émotions, elles-mêmes informées par les images qui font le lien entre le corps, l'esprit et l'environnement, du processus optimal non seulement pour l'organisme du présent mais également pour le bien de la descendance du sujet (homéostasie selon Damasio).

3.5 La liminalité : un espace transactionnel

Dans les chapitres précédents nous nous sommes concentrés sur les schèmes interactionnels caractéristiques des situations rituelles et thérapeutiques envisagées. Nous avons noté l'importance du « double positionnement psychique » et de la « condensation » d'informations contraires, paradoxales, de messages obscurs, voire absurdes. Nous avons envisagé l' « efficacité symbolique » comme la production d'une image pleine de sens pour le/la partient.e à partir d'une liste d'indices incomplète. Nous avons vu que s'intéresser à l'image comme le fruit d'interactions multiples, contradictoires, projectives et objectivées, permettait non seulement de repenser

l'efficacité symbolique mais, plus généralement, la cognition et la relation au monde au sein desquels les sujets sont généralement considérés comme distincts des objets. Les rituels et situations thérapeutiques étudiées pourraient alors être considérés comme des jeux conscients d'interaction entre des « quasi-sujets » mêlés à des « quasi-objets ».

L'ensemble de ces interactions se situent dans un espace-temps particulier, que les spécialistes du rituel nomment « liminalité » en référence à Van Gennep (1909) et Turner. C'est cet espace-temps liminal que nous allons maintenant étudier. Cela nous permettra en outre de relier l'ensemble des éléments vus jusqu'ici.

3.5.1 Rituel et recontextualisation

La plupart des anthropologues spécialistes du rituel s'accordent sur le fait que l'action rituelle opère une recontextualisation. Pour Houseman (2012 :192) cette recontextualisation « ne touche pas seulement aux conceptions générales des participants, mais aussi à des situations concrètes particulières ». Selon Turner (1969 :116), alors qu'il formule ses réflexions dans une perspective du rituel plutôt « traditionnel », la structure sociale fournit les moyens matériels et le cadre organisationnel nécessaire à la recontextualisation. Une recontextualisation qui permet en retour de « revitaliser » la structure sociale.

Ainsi, l'action rituelle, en mobilisant des éléments disparates, contradictoires, tirés de différents domaines d'expériences sont intégrés de telle sorte qu'ils « puissent être conçus comme les aspects interconnectés d'un nouvel ensemble ordonné » (Houseman, 2012 : 185). Une conception très proche de ce qui se joue, selon Roustang, au sein d'une séance d'hypnose, ou de manière plus générale lors du recours à l'imagination. Il écrit :

« L'imagination reste la folle du logis, celle qui peut nous entraîner à l'illusion et aux chimères, mais dont nous avons tout de même grand besoin pour mettre à jour notre stock d'habitudes, d'idées toutes faites, de soumission aux idées reçues. Du point de vue de la veille généralisée[87], elle est le moyen de prélever quelques liaisons inouïes capables de rajeunir notre raison fatiguée de ses répétitions lancinantes. Comme tous les inventeurs, créateurs ou artistes le savent, c'est elle qui dans la nuit de la confusion

[87] Expression qu'il emploie pour désigner l'état hypnotique.

passagère nous éveille à une intelligence recommencée des êtres, des choses et du monde » (2003 : 49).

Nous retrouvons également la notion de « recontextualisation » dans les propos du linguistes et théoricien de l'hypnose Thierry Merchior. Celui-ci reprend le terme de « recadrage » cher à tous/te.s les praticien.ne.s de thérapies brèves et systémiques :

C'est le « recadrage » ou changement d'attribution de sens, qui est, comme l'a montré l'école de Palo Alto, une des opérations majeures de la thérapie. La thérapie est sans doute avant tout un art de favoriser un changement de représentations, et donc de réalité, permettant un changement d'attitude par rapport au « problème » (Melchior, 1998 : 297).

Enfin, en mettant en relation les théories susmentionnées avec les discours des praticien.ne.s, certains témoignages ont particulièrement attirés mon attention. Dans les récits ci-dessous, c'est comme si l'imagination elle-même exprimait le phénomène de « recontextualisation », de « recyclage » propre aux pratiques étudiées, à l'aide d'image.

C7 m'évoque le lieu où elle s'est parfois rendue en transe :

> *Il y avait par exemple, tous les animaux en voie d'extinction ou tous ceux… et tout ce qui a disparu déjà, il y a des millions d'années… ok, d'accord, alors il y a un prototype... et tout ça c'est temporel… donc là par exemple… t'as… je sais pas un nouveau virus…. C'est la zone où toutes les nouvelles choses qui vont apparaître dans le monde viennent de là… mais ça peut être une nouvelle conscience, une nouvelle idée… ça peut être un nouvel animal… un nouvel insecte… alors maintenant on a plutôt tendance à fabriquer autre chose qu'un nouvel animal… mais tout ça, ça se passe dans cette zone là…* (C7)

Dans le même ordre d'idées, C1 m'explique

> *C'est un endroit dans lequel on arrive, et dans lequel il y a des ours qui recyclent leur peau… comme sur un tapis roulant… les peaux qui changent… et… qui vont au recyclage en quelque sorte…* (C1)

Il semble donc que tant le rituel que les thérapies brèves, l'hypnose, le néo-chamanisme, favorisent une recontextualisation, un recadrage, l'apparition de nouveauté, un recyclage. Ce qui permettrait de « revitaliser » une structure sociale, de « rajeunir » notre raison fatiguée. Il importe néanmoins de préciser que cela nécessite un cadre particulier, que cela se réalise à une étape spécifique du rituel

3.5.2 La construction d'une « safe place »

La condensation rituelle, réunissant des éléments contradictoires, paradoxaux, délivrant des messages obscures ou même absurdes n'intervient pas à n'importe quelle étape du rituel. Offrir un espace dans laquelle la structure (qu'elle soit sociale ou identitaire) puisse être revitalisée, nécessiterait d'une certaine manière de s'extraire de cette structure. Nous avions vu que Turner a proposé le terme d'anti-structure. En se fondant sur les observations de Van Gennep (1909), Turner distingue trois phases dans les rites, et notamment dans les rites de passages : la séparation, la transition et l'incorporation. La recontextualisation propre au rituel interviendrait dans la phase de transition correspondant à ce que Turner nomme « anti-structure ».

S'il est possible d'imaginer que dans les pratiques étudiées ainsi que dans la Biodanza, la prière kataphatic et plus généralement dans les thérapies et spiritualités alternatives contemporaines, la position réflexive permette de prendre du recul par rapport à « son » identité, dans les rituels, il est décrit que la première phase permet de démarquer clairement le temps du rituel « séculier » et « profane ». Turner (1974 : 56) écrit :

« it is more than just a matter of entering a temple-there must be in addition a rite which changes the quality of time also, or constructs a cultural realm which is defined as "out of time," that is, beyond or outside the time which measures secular processes and routines ".

La troisième phase, que Van Gennep considère comme l'étape de « l'incorporation » ou de la « réagrégation » représente, selon Turner (*ibid*) le retour du sujet dans « la structure » sociale avec une nouvelle identité, bien-définie, relativement stable, généralement un nouveau statut social consolidé. Nous verrons au chapitre précédent que c'est là une des différences majeures avec les pratiques étudiées.

Turner mentionne encore que dans les rites « traditionnel » le passage d'un statut à l'autre est généralement accompagné par "by a parallel passage in space, a geographical movement from one place to another. This may take the form of a mere opening of doors or the literal crossing of a threshold which separates two distinct areas, one associated with the subject's pre-ritual or preliminal status, and the other with his post-ritual or postliminal status" (Turner, 1974 : 58)

More et Reynolds (1984) révèlent un processus similaire au cours d'une séance de psychothérapie :

"In order to facilitate a needed deconstruction of the old personality structure of the individual, the individual is offered an opportunity temporarily to surrender autonomy, to submit to a total process which has an autonomy of its own and which can enable the individual to maintain the needed orientation and structure during this time of deconstruction. Built into the therapeutic process is the creation of a relatively safe psychosocial space in which this deconstruction and surrender of autonomy can occur. It is in this ritually constructed therapeutic space that the enactment, both playful and painful, of innovative new behaviors and styles of thinking can be tested experimentally before returning to the world of structure and tis merciless demands for adaptive effectiveness" (More & Reynolds, 1984: 137).

Pour Moore s'il y a plusieurs dimensions rituelles de la psychothérapie à prendre en considération, la dimension du « countainment » est certainement la plus importante. Dans cet espace thérapeutique sécurisé, Jung et Campbell assimilent l'expérience de déconstruction de la réalité, de *démembrement* de l'identité - identifiés dans les rites de passage, les rituels chamaniques, dans les vécus thérapeutiques - à l'expérience de « mort et renaissance » que l'on retrouve dans tous les récits centrés autour de l'archétype du héros.

Mes interlocuteur/rice.s nomment cet espace, cette « anti-structure » *un espace-temps non ordinaire,* un *container,* un *espace symbolique* en référence à dimension réunificatrice du symbole. Conscients qu'il favorise la transe, la transformation, le passage d'une réalité à une autre, d'un statut à un autre ils/elle emploient également le terme d'*espace transitionnel*. En résonance avec la « condensation rituelle » de contraires, de paradoxes, certain.es parlent d'un espace *psychoïde*. Enfin, en confirmant

encore une fois l'importance de la perspective interactionniste, il est aussi question *d'espace transactionnel.*

Souvenons-nous que, selon les praticien.ne.s, pour que la recontextualisation, la redynamisation, soient possible le cadre doit être suffisamment sécurisé car dans cet *espace libre* :

> *On ouvre l'espace (…) et puis ça va trouver un chemin pour se rééquilibrer ou pour se redynamiser dans le bon sens…* (J2)

> *On s'ouvre à toutes les possibilités qui peuvent se passer mais protégé… donc protégé dans la relation, dans le secret, aussi des influences extérieures, et aussi des dynamiques qui peuvent être destructrices de l'intérieur…* (J2)

> *Tu crées un cadre… et puis tout le travail c'est d'être au plus proche de son centre et de sa force, de tenir ce cadre, tout en laissant tout le possible à l'intérieur… (…) le cadre il est clair, simple… mais il laisse complètement l'espace à l'intérieur… plus ça se passe, plus la magie elle arrive, c'est exactement cette image là, dans le soin aussi, 'fin dans le soin… l'idée du canal…* (C3)

J2, praticienne de « thérapie » avec le jeu de sable, souligne que pour Dora Kalf, fondatrice de la « thérapie par le jeu de sable », « l'espace libre » était vraiment une notion-clé.

En hypnose et surtout dans l'apprentissage de l'autohypnose, « construire » un espace clairement délimité et sécurisé, une « safe place » est un exercice classique, voire même l'exercice de base. Dans la partie précédente consacrée aux témoignages des acteur/rices, plusieurs praticien-ne.s nous ont fait part de leur « safe place ». Dans le même ordre d'idée, nous avions noté que chaque *voyage* chamanique commence et se termine dans le même lieu, « construit » avant chaque *voyage*

c'est un peu comme une plateforme où « ouf… » on peut toujours revenir… je peux toujours revenir, je peux toujours inviter l'autre à revenir… on peut se poser… et puis là il peut se passer des rencontres… qui peuvent être ma foi des fois surprenantes…

3.5.3 L'anti-structure

Nous venons de voir que les interactions propres aux rituels, source de messages obscurs ou même absurdes, permettant aux pratiquant.e.s de projeter une nouvelle image à partir d'une liste d'indice incomplètes, nécessite un cadre, un contenant, un espace-temps formellement bien délimité. Nous avions relevé que Van Gennep a classiquement identifié trois phases au sein du rituel. Une phase de séparation, une phase de transition, et enfin une phase d'incorporation. Nous avons compris que la « condensation rituelle » intervient dans la phase de transition. Cette phase de transition, Van Gennep l'a plus spécifiquement appelée « margin » ou « limen » signifiant le seuil en latin (Turner, 1974). J'ai choisi de la nommer en français, pour la suite de l'exposé, « liminale ». Je me référerait également à la « liminalité ».

Différents auteurs (Turner, Levi-Strauss, Severi et Houseman) relèvent que cet espace liminal se distingue par une certaine absence de forme (Houseman et Severi, 1994 : 164). Turner écrit que durant cette étape liminale:

"The ritual subjects pass through a period and area of ambiguity, a sort of social limbo which has few of the attributes of either the preceding or subsequent profane social statuses or cultural states" (Turner, 1974 : 58)

Il rajoute:

"Hence, in many societies the liminal initiands are often considered to be dark, invisible, like a planet in eclipse or the moon between phases; they are stripped of names and clothing, smeared with the common earth, rendered indistinguishable from animals. They are also associated with life and death, male and female, food and excrement, simultaneously" (*ibid* : 59)

Nous retrouvons, outre l'absence de forme (pas d'habits, pas de noms), la coexistence d'éléments contraires et paradoxaux (à la fois humain et animal, mâle et femelle, nourriture et excrément).

Les novices sont concrètement « hors-structure », ils bénéficient même d'un pouvoir et d'une liberté extraordinaire. Ils ne sont plus soumis aux règles économiques et juridiques en vigueurs. Ils peuvent voler, piller, sans conséquences. (Van Gennep, 1960:114). Ce qui, selon Turner, les met en connexion avec les forces de vie et de mort.

D'ailleurs, les novices sont fréquemment comparés à des fantômes, des dieux, des ancêtres, des oiseaux. "They are dead to the social world, but alive to the asocial world" (Turner, 1974: 59)

Bien qu'il existe des stages et des voyages consacrés aux pratiques étudiées, il est plutôt rare que les séances thérapeutiques se prolongent sur plusieurs jours. Si, nous l'avons vu, au sein du cadre thérapeutique, avec le recours à l'imagination, tout est permis, toutes les possibilités peuvent coexister, cela reste « officieux ». J'entends par là, le fait que ce n'est pas une expérience effectuée au vu et au su du reste de la communauté à laquelle appartient la personne.

Si les pratiquant.e.s gardent leurs habits, leurs noms, leur appartenance sexuelle, etc., dans le vécu tangible de la thérapie (ce qui n'est cependant la plupart du temps pas le cas dans leur *voyages*, *transes* ou *imaginations actives*), par contre ils/elle vivent concrètement une absence de forme tangible d'un autre ordre : ils/elles perdent le langage, ne trouvent plus les mots pour communiquer ou même pour penser.

Rappelons-nous les témoignages suivant :

C'est une dimension qui… je le dirai comme ça… moi j'ai l'impression qu'elle est indicible…

Je crois que c'est ça qui est très important dans cette approche (que)… on fait vivre… ou on vit quelque chose à un niveau plus entier, global, et le corps en fait partie… et là il n'y a pas de paroles, il n'y a pas de pensées, d'explications… de raisonnement encore… ce n'est que du vécu

A un moment, je crois que plus on avance dans ce processus-là, moins on va pouvoir l'exprimer avec des mots….

Dans cet espace symbolique… je ne peux que vivre ce paradoxe qui me laisserait sans mot… donc c'est avant les mots… donc c'est plus vaste que des concepts

Selon Houseman (2012 :76), c'est cette incertitude conceptuelle qui va ouvrir un « espace » potentiel dans lequel une nouvelle signification partagée (…) est susceptible d'émerger »

3.5.4 De l'indicible au symbole (de la condensation rituelle à l'image)

Nous avons vu, notamment dans l'interprétation que fait Severi de l'efficacité symbolique, au travers de l'analyse du rituel Kuna, qu'à partir de la condensation rituelle, de la liste d'indices incomplète va émerger une image que la personne crée elle-même (et non pas imposée par le chamane au travers d'une quelconque manipulation symbolique).

On retrouve une description d'un tel phénomènes dans les discours rapportés des praticien.ne.s :

C'est là où les mots manquent, où à un moment donné on a besoin d'images et de symboles pour parler des choses parce qu'au niveau des mots… (J3)

Parce que c'est inaccessible au niveau de la pensée, (…) il faut passer par l'image… alors ça c'est clair que l'image ouvre…(J7)

Si Severi parle également d'image, Turner a surtout employé le terme « symbole » que l'on retrouve dans l'idée d'efficacité « symbolique » d'ailleurs. Pour Turner la structure sociale est revitalisée grâce au processus qui génère de nouveaux symboles. Il écrit :

"From this standpoint the ritual symbol becomes a factor in social action, a positive force in an activity field. Symbols, too, are crucially involved in situations of societal change - the symbol becomes associated with human Interests, purposes, ends and means, aspirations and ideals, individual and collective, whether these are explicitly formulated or have to be inferred from the observed behavior. For these reasons, the structure and properties of a ritual symbol become those of a dynamic entity, at least within its appropriate context of action" (Turner 1967:20)"

Il souligne toutefois la différence entre le type de symboles générés au travers du processus du rituel, qu'il appelle « symboles sauvages » et les « termes » atemporels, logiques, les « signes » algébriques. Selon Turner (1974 : 55), lorsque les symboles sont rigidifiés sous la forme d'opérateur logique, ils peuvent jouer le rôle de médiateur dans des oppositions primaires mais ils n'ont pas le caractère dynamique et créatif des « symboles sauvages ».

Les symboles émergeant des rituels ainsi que des pratiques étudiées n'appartiennent pas au mode de communication en vigueur, s'ils apparaissent c'est pour essayer de nommer un vécu pour lequel la personne n'a justement pas les mots. Pour comprendre ce phénomène il m'a paru particulièrement pertinent de recourir aux théories de Berger et Luckmann sur la construction de la réalité.

Pour Berger et Luckmann (2006), s'appuyant sur les théories de psychologie sociale de Georges Herbert Mead (1934), un individu acquiert les codes en vigueur dans une société, une culture grâce à ce qu'ils nomment la « socialisation primaire ». La socialisation primaire, c'est l'apprentissage de la culture en vigueur dans le groupe où l'enfant grandit. C'est dans la relation avec ses parents, sa famille proche, que l'enfant effectue cet apprentissage, cette première socialisation. Berger et Luckmann emploient le terme d'« autrui significatifs » pour désigner les proches, généralement les parents, par le biais de qui cet apprentissage se fait, notamment avec l'acquisition du langage. Berger et Luckmann soulignent que cet apprentissage n'est pas que cognitif. Il ne pourrait vraisemblablement pas aboutir sans l'importante charge émotionnelle qui accompagne cette socialisation sous, sans le fort lien affectif qui relie l'enfant à ses autrui significatifs. Relevons que l'enfant ne choisit pas ses autrui significatifs parmi plusieurs, tout comme il ne choisit pas la réalité à laquelle il est socialisé par le biais de ces autrui significatifs. Pour l'enfant il s'agit de La réalité. Une réalité prise comme allant de soi. Aussi quelques soient les événements qui viendront questionner cette vision du monde, la construction de la réalité apprise lors de la socialisation primaire reste empreinte de ce sentiment de certitude quant au caractère originel et inévitable du monde intériorisé.

C'est notamment lors de l'apprentissage de sa langue maternelle que les rôles et les attitudes passent d'une réalité concrète, singulière à une réalité abstraite et généralisée. Les « autrui significatifs » deviennent des « autrui généralisés », une relation symétrique est établie entre la réalité objective et subjective. C'est ainsi que selon Mead (1934), Berger et Luckmann (2006) le langage est l'instrument par excellence de la socialisation. De même Rosa (2018 :102) souligne qu'une longue tradition de philosophie du langage allant de Hamann, Herder et Wilhelm von Humboldt jusqu'à Ludwig Wittgenstein et Charles Taylor, a démontré que le langage ne se contente pas de désigner les réalités du monde, il les crée. Pour Melchior aussi (1998 : 302), linguiste, théoricien et formateur d'hypnose, le langage, de toute évidence, ne se borne

pas à se ré-férer (au sens de « se rapporter à ») ce qui existe » il *inter-fère* avec ce dont il parle. Selon cet auteur on peut même dire qu'une de des fonctions majeures du langage est de *pro-férer*, de « faire surgir », « causer », « créer », « produire ».

Par ailleurs, au-delà d'une construction de la réalité qui se cristallise au cours de l'acquisition de la langue maternelle, c'est aussi l'identité qui se cristallise. Ce qui me paraît particulièrement intéressant, du fait que pour les ethnologues cités plus haut, le processus rituel permet de transformer non seulement la vision du monde d'un individu mais également la perception de son identité.

Ainsi, pour Mead, Berger et Luckmann, tout comme pour Tobie Nathan (2001) parallèlement à l'établissement subjectif d'une réalité prise comme allant de soi, à la construction d'une réalité grâce au langage qui « profère » l'identité se cristallise au sein du même processus d'intériorisation. En généralisant qui sont « les autres », l'enfant généralise qui il/elle est en miroir. Nathan écrit : « Pour un individu, sa langue maternelle est le lieu d'où diffuse son sentiment d'identité » (Nathan, 2001 : 144).

Les routines institutionnalisées et notamment la conversation participent à la fois à consolider cette socialisation primaire et à la fois à la faire évoluer. En effet, la socialisation n'est jamais terminée, même si comme nous l'avons mentionné la socialisation primaire restera toujours empreinte de ce sentiment de certitude. Cette première socialisation, sans n'être jamais complètement déconstruite, connaît cependant des inflexions majeures. Soit au travers de socialisations secondaires, soit lors de ce que Berger et Luckmann nomment « alternations ».

La socialisation secondaire est corrélée avec l'intériorisation de « sous-mondes » institutionnels. Cette socialisation secondaire intervient notamment au moment de l'adolescence dans les groupes de pairs ou lors de l'apprentissage d'un métier. La socialisation secondaire exige l'acquisition de vocabulaires spécifiques, de rôles, associés à des compréhensions tacites, des colorations affectives. Cependant la socialisation secondaire traite toujours avec une identité déjà intériorisée et avec une réalité déjà construite.

D'après Schutz[88] (1987) aussi longtemps que ces socialisations à la réalité prise comme allant de soi « fonctionnent », donnent les « résultats escomptés », « Nous ne nous

[88] A savoir que *La construction sociale de la réalité* de Berger et Luckmann (2006) se fonde sur la *phénoménologie des sciences sociales* d'Alfred Schutz (1987).

intéressons pas à savoir si ce monde existe réellement ou s'il est simplement un système cohérent d'apparences consistantes. Nous n'avons aucune raison de jeter un doute sur nos expériences confirmées qui, croyons-nous, nous livrent les choses telles qu'elles sont réellement. Il faut une motivation spéciale pour nous obliger à réviser nos croyances antérieures, comme lorsqu'il y a irruption d'une expérience « étrange » que l'on ne peut subsumer sous la réserve de connaissance disponible ou qui est inconsistante avec elle » (Schutz, 1987 : 127). Je fais l'hypothèse que c'est généralement « l'irruption » d'un expérience « étrange » qui amène les patient.e.s à s'adresser à l'un.e des praticien.ne.s interviewé.e.s. Et c'est dans ce contexte que je rapproche les pratiques qui font l'objet de cette recherche de ce que Berger et Luckmann nomment « alternation ».

L'alternation est en quelque sorte une socialisation secondaire radicale. Elle ressemble à une socialisation primaire mais s'en différencie du fait qu'elle ne commence pas « ex nihilo ». C'est pourquoi les processus conduisant à une « alternation » impliquent un « démantèlement », une « désintégration de la structure nomique antérieure » (*ibid* : 262). Cela n'est pas sans nous rappeler les expériences de *démembrement* relatée par les acteur/rice.s. Berger et Luckmann (2006 : 262) explicitent encore qu'aucune transformation de ce type n'est possible sans l'identification à des nouveaux autrui significatifs. Ces autrui significatifs - mentors, guides, thérapeutes - nécessairement très investis affectivement par les sujets, médiatisent le nouveau monde pour l'individu. La conversion religieuse serait le prototype de l'alternation. Au vu de ce qui a été mentionné plus haut sur le rôle du langage dans la construction de la réalité, on comprend que dans leurs récits, mes interlocuteur/rices relèvent se trouver dans une *espace sans parole, au-delà des mots, en-deçà des concepts*. Peut-on dire qu'ils font l'expérience de la « désintégration de la structure nomique antérieure » ?

Les propos de Duvignaud (2007) ou de Nathan (2011) paraissent soutenir cette hypothèse. Pour Duvignaud la transe décompose un processus social, elle « laisse le champ libre à une possibilité indéfinie ». « On pénètre dans la transe pour découvrir une région imprécise et vague de l'être où nous existons, sans être quelque chose » (Duvignaud, 2007 : 49). Cette « dépossession des rôles sociaux débouche sur un état d'indétermination, une situation a-structurelle (*ibid* : 50) Selon Duvignaud (*ibid* : 62) c'est « à travers cette expérience que l'homme trouve le courage d'anticiper sur l'expérience humaine actuelle et d'affronter des émotions inédites. Déjà, il n'est plus

enfermé dans le rôle qu'il a reçu du passé. Déjà, il a dépassé la région souvent piétinée de la vie commune. Une liberté inconnue se découvre alors (…) » Pour lui, il y a là quelque chose qui se passe, que les anthropologues effacent trop souvent de leurs analyses. Pour Nathan (2011 : 72) ce n'est pas la transe mais le rêve qui permet de questionner la réalité prise comme allant de soi, la socialité perpétuée dans les routines institutionnalisées.

Si l'on adhère à cette interprétation, on comprend que cette expérience peut être déstabilisante, tout comme l'expérience de démembrement, puisque comme le relève Nathan, la réalité et l'identité intégrées et actualisées lors des socialisations primaires et secondaires permettent de « clôturer » l'espace psychique des individus (Nathan, 2001 : 153-154). Cette structure permet de se mouvoir, de penser, d'aimer et de travailler en évitant frayeur et perplexité » (Nathan, 2001 : 157). « Si ce n'était pas le cas toute perception agirait pour l'appareil psychique comme un véritable traumatisme déstructurant et rendant inopérant l'ensemble de l'édifice » (*ibid* : 158). Par conséquent, il semble que faire l'expérience de l'indétermination, d'une situation a-structurelle, d'une région imprécise et vague de notre être nécessite un apprentissage. Surtout si, à la différence des conversions religieuses à un nouveau dogme, la nouvelle réalité subjective tient compte de la relativité de la réalité et de l'identité, joue avec les « *univers multiples* ». On pourrait parler de la socialisation qui en découle en termes de « méta-alternations ». J'ai choisi de parler d'un apprentissage de la « liminalité ». L'apprentissage de la capacité à se retrouver dans un *espace sans parole,* à supporter la coexistence de vérités conflictuelles, de réalités paradoxales.

3.5.5 La puissance de ne rien faire

Nous avons axé la première partie de l'analyse anthropologique sur la dimension interactionnelle au sein du processus rituel et des thérapies dites « alternatives ». Cela nous a conduit à identifier, sur la base des publications de Houseman, Severi et Luhrmann, l'importance du « double positionnement psychique », ainsi que de l'établissement de relation contraire, paradoxale, incomplète. Les discours des praticien.ne.s rencontrées dans le cadre de cette recherche mettent également en lumière l'importance de l'attitude du thérapeute pour accompagner le patient dans cet espace liminal. Remémorons-nous quelques témoignages :

L'hypnose c'est pas d'avoir un effet sédatif sur le patient. L'hypnose c'est de dire « ok, on va le faire ensemble… on va le faire ensemble… et c'est vous qui allez vous soigner… (…) *les soignants, ils n'ont pas l'habitude d'accompagner quelqu'un. Ils ont les outils : Si quelqu'un a mal et bien je vais donner un médicament et puis ça va se calmer. Mais de rester avec quelqu'un dans cette expérience… qui est vraiment un « no mans land… »*

Accompagner le/la patient.e dans un « *no man's land* », *faire confiance*, oser *rester avec la personne dans une expérience* parfois de l'ordre de l'*inhumain*, contenir la *douleur*, l'*agressivité*, la *détresse*, permet au/à la patient.e d'oser accueillir, *prendre conscience* de ce qui lui fait peur, d'aller dans les *zones d'ombre*. Selon les praticien.ne.s, cette expérience, qui *humanise*, qui permet de sortir de l'*aliénation*, favorise en soi le *processus curatif*. Parfois cela peut même suffire à ce que *cela se fasse,* se transforme. Pour J1, *des fois déjà rien que de maintenir fermement ce « et… et …»… parce que c'est un lieu de liberté le « et … et… ».. le conscient il est pas du tout là-dedans… donc assez rapidement… les choses…* (J1) vont se transformer.

C'est à ce propose que H2 nous disais :

> *Ca devient une puissance incroyable dans la polarité de ne rien faire… oui parce que comme on est toujours dans la polarité, le plus grand rien faire, va être la plus grande puissance en l'occurrence… donc il y a un investissement…* (H2)

Mais pour ça, et nous y reviendrons au chapitre XXX, comme dans l'exemple du « guérisseur-blessé » donné par plusieurs de mes interlocuteur/rice.s, le/la soigant.e doit avoir déjà fait l'apprentissage de la liminalité :

> *En tant que thérapeute vous devez être « safe », c'est ce que j'enseigne à tous mes élèves en hypnose et c'est ce que mes superviseurs m'ont toujours dit d'abord tu dois être « safe »… donc ma manière d'être « safe » pour moi c'est de me mettre en transe… évidemment comme je suis visuelle je vais me retrouver dans un paysage alors admettons le Perito Moreno* (H7)

> *Plus je suis confiant, plus ils seront confiants… plus moi je suis déjà en transe, plus ils entreront en transe… il y a cette synergie qui s'installe rapidement…* (H6)

3.5.6 « Flow » et « Communitas »

Accompagné.e.s dans la liminalité, nous avons vu que les pratiquant.e.s font généralement l'expérience de l'efficacité symbolique d'une image. Ou selon Turner, d'un symbole revitalisant. Les acteur/rice.s sont nombreux à exprimer le sentiment d'avoir reçu un *cadeau*, une *surprise*. Un processus s'est enclenché hors de leur volonté et ils reçoivent un *cadeau*. Houseman et ses collègues parlent de leur côté de « moments de grâce ». Il est intéressant de noter que Turner, pour sa part, décrit des expériences similaires qu'il nomme « communitas ». Il rapproche les qualités de la « communitas » de la notion de « flow » étudié par Mihali Csikszentmihalyi (1972). Il reprend la définition de Csikszentmihalyi:

"Flow denotes the holistic sensation present when we act with total involvement," is "a state in which action follows action according to an internal logic which seems to need no conscious intervention on our part. . . . we experience it as a unified flowing from one moment to the next, in which we feel in control of our actions, and in which there is little distinction between self and environment; between stimulus and response; or between past, present, and future" (Csikszentmihalyi 1972 *in* Turner, 1974 : 87-89)

Si on retrouve les qualités du « flow » dans ce que Turner a appelé « communitas », il existe cependant, selon lui, une différence fondamentale. Sur la base des recherches menées sur le flow dans divers jeux, sports, expériences artistiques et religieuses, pour Turner, le flow fait encore partie de ce qu'il nomme la « structure » alors que la « communitas » se situe dans l'« anti-structure » propre au rituel. D'après Turner, le flow caractérise les personnes qui s'érigent contre la structure ou qui se perdent hors de la structure. A la différence de la "communion", la "communitas", selon Turner, préserve les distinctions individuelles, ce n'est pas une régression infantile, ni une immersion dans le monde des illusions.

Cela nous ramène à l'importance du « dédoublement » ou du « double positionnement psychique » et nous permet peut-être de nuancer le propos de Marika Moisseeff (2010). Dans les pratiques de Biodanza par exemple, mais de manière plus générale dans les activités dites « New Age », on retrouverait la quête de « qualités essentielles qui auraient été perdues au cours d'une histoire personnelle et/ou sociale mais qui subsisterait comme des potentialités au sein de chacun : la créativité et la spontanéité de l'enfance, un sentiment d'harmonie avec la nature, une spiritualité intuitive des

peuples préindustriels, etc. » (Houseman et al., 2016 :63). Pour Marika Moisseeff on se trouve là confronté à une perspective évolutionniste. J'aurais tendance à réfuter ce point de vue, en m'appuyant sur le « dédoublement psychique » également mis en exergue par les auteur.e.s. Il s'agit là pour moi de la même différence qu'instaure Turner entre le Flow et la Communitas.

3.5.7 Des acteurs socialisés à la liminalité

On se souvient que, dans leurs discours, les praticien.ne.s insistent sur le fait qu'enseigner la confiance, pour pouvoir accompagner des personnes dans le *no man's land* de la liminalité, implique d'avoir déjà effectué le chemin pour soi. Il m'est apparu au cours de l'analyse des entretiens consacrés au « parcours de vie » de mes interlocuteur/rice.s que la majorité des praticien.ne.s ont été socialisé.e.s à la « liminalité » lors de leur socialisation primaire et secondaire. En effet, lors de leur socialisation primaire, les acteur/rice.s se trouvent en présence d'autrui significatifs ayant des constructions de la réalité assez différentes, voire même opposées et conflictuelles, par rapport au contexte et à l'époque, soit la Suisse non urbaine des année 1960-70 pour la majorité. Mes interlocuteur/rice.s relèvent soit que l'un des deux parents était suisse allemand alors que l'autre était suisse romand. Ou alors un des deux parents étaient catholique et l'autre protestant, ou encore un des deux parents venait d'un milieu aisé (souvent la mère) alors que le père venait d'un milieu plus modeste. Mais cette socialisation à la liminalité est, elle, encore plus forte, proche de l'alternation pour la plupart lors de leur socialisation secondaire. Un phénomène que je mets en perspective avec la démocratisation des études des années 1960 et la « libération » de la femme. La majorité des praticien.ne.s sont les premier/ère.s de leur famille, de leur village, à entreprendre des études supérieures, à l'Université ou dans une Haute École. Ayant grandi à la campagne, proche de la nature, dans des milieux ouvriers ou paysans, mes interlocuteur/rice.s se retrouvent adolescent.e.s dans un monde dont les portes, seulement quelques années auparavant, ne leur auraient jamais été ouvertes, et encore moins en ce qui concerne les femmes qui représentent 2/3 de mon échantillon. Alors que tout au long de cette recherche, l'importance des sensations, du particulier par rapport au conceptuel et au général a été mis en exergue, je ne trouve pas anodin que les acteur/rice.s viennent de milieux où, disent-ils/elle les sensations, les perceptions, le pragmatisme, a généralement plus de valeur que les considérations théoriques et les raisonnements intellectuels. On peut comprendre pourquoi pour ainsi dire toutes et tous

disent s'être senti différent.e.s. Beaucoup mentionnent avoir soufferts de ne *pas être comme les autres*, s'être beaucoup questionnés autour de la *filiation* en général et de leur *légitimité* en particulier.

3.5.8 L'ethnologie, une socialisation à la liminalité ?

J'ai été surprise de découvrir d'abord intuitivement puis rationnellement que l'on pouvait également envisager une formation en sciences sociales et surtout en anthropologie, comme relevant, dans une certaine meure d'une socialisation à la liminalité. Plusieurs auteurs mentionnent ce rapprochement.

Melchior, formateur d'hypnose, nous invite à « (…) en revenir à l'ethnologie, et d'observer la manière de penser de telle ou telle culture fort différente de la nôtre (…) » (Melchior, 1998 : 298). Pour Isabelle Célestin-Lhopiteau, « L'ethnologue, l'anthropologue et le thérapeute partagent ce même effort d'altérité qu'est l'effort de ne pas enfermer l'autre dans sa propre façon de voir les choses et de prendre en compte la variété de penser des autres » (2011 : 22). En se référant à David Le Breton elle rajoute : « L'anthropologie nous rappelle donc l'absence d'unanimité sur une définition précise de la réalité. Chaque culture construit une représentation du monde, une tentative commune de comprendre le monde et de communiquer avec lui (…) L'anthropologie est un exercice de détachement vis-à-vis de sa propre culture. C'est un geste critique. Se détacher c'est déjà un geste d'ouverture » (*Ibid* : 22-23).

Gérard Ostermann, médecin, analyste jungien et hypnothérapeute écrit « C'est ce que j'aime bien chez Bateson, se référant à l'ethnologie, c'est l'idée que lorsque j'arrive dans une tribu, j'essaye d'oublier tout ce que je sais déjà, tous mes préjugés pour me faire accepter par l'autre et comprendre également comment il fonctionne. S'il s'habille d'une façon particulière, je n'en déduis pas pour autant qu'il soit schizophrène par exemple. Mais s'il s'habille de cette manière-là je voudrais essayer de comprendre pourquoi. Si le déprimé considère qu'il se noie, et si moi je considère qu'il s'est égaré, mais je vais lui amener une boussole alors que lui, il attend une bouée. Tant que je ne sais pas quelle est sa théorie à lui sur ce qui lui arrive, tout ce que je peux lui proposer risque de passer à côté » (2011 : 89-90).

L'un de mes interlocuteurs, formé à de nombreuses médecines, me rapporte :

> *Et je dois dire, du reste, de ce point de vue-là que l'anthropologie pour moi reste toujours… ça reste mes racines. En psychiatrie je n'ai jamais… j'ai*

> *enseigné longtemps dans les approches… et j'étais catégorisé dans les approches dites « systémiques »… bon c'était un anthropologue, c'était Bateson qui était au début… mais moi j'avais uniquement le regard anthropologique, j'ai jamais été dans un modèle… par expérience j'ai fait l'approche psychanalytique, systémique, les cognitivistes-comportementaux… j'étais intéressé, j'ai regardé comment ça fonctionne, mais je ne peux pas rentrer dans un modèle comme ça… par contre le regard anthropologique m'a toujours permis de prendre le recul nécessaire (…) l'anthropologie de ce point de vue, pour moi, elle est fondamentale, parce qu'elle m'a permis d'aller vers l'autre, d'établir une relation, et puis de l'inscrire dans une société, dans une culture. Ca c'est aussi un élément important.*

Il s'agit donc, pour ces auteur.e.s et cet acteur interviewé, en ethnologie comme dans les pratiques étudiées de considérer la réalité comme une construction culturelle. De même, on retrouve, dans la pratique de l'ethnologie, comme dans ces pratiques, le passage par une phase « liminale ». Pour désigner cette phase, les auteurs de sciences sociales auxquels je me réfère emploie le terme d'« *époquè* ». Schutz écrit : « La phénoménologie nous a enseigné le concept de l'*époquè* phénoménologique, ou suspension de notre croyance à la réalité du monde comme instrument qui nous permet de dépasser l'attitude naturelle en radicalisant la méthode cartésienne du doute philosophique » (Schutz, 1987 : 127). Laplantine développe : « Ce que Husserl appelle l'*épochè* est cette suspension (et non cette négation) du jugement. C'est une attitude qui ne consiste pas à affirmer ou à nier mais à douter, à interroger, à se méfier (…). Suspendre et surprendre, c'est appréhender les choses autrement, c'est déplacer, déstabiliser, décentrer, rendre problématique, en particulier les relations du sujet et de l'objet » (2005 : 90).

Rappelons-nous que dans les pratiques étudiées, c'est *l'attention aux perceptions* qui permet d'entrer dans *l'espace symbolique*. C'est *l'attention aux perceptions,* aux cinq sens (le VAKOG en hypnose) qui *induit* « l'état de conscience modifié », cet état « liminal » où toutes les possibilités peuvent circuler. De même c'est la *description détaillée* en lien avec les cinq sens qui permet au/à la thérapeute d'essayer de voir, de sentir comme le/la patient.e. Et bien, dans la démarche ethnologique, c'est également *l'attention aux perceptions*, la *description détaillée* qui permettent d'une part de

suspendre notre « croyance à la réalité du monde », d'autre part d'interroger tant nos propres représentations que celles qui sous-tendent la réalité culturelle étudiée.

A ce sujet, Howard Becker écrit : « Une description méticuleuse de détails qui ne passe pas par le filtre de nos idées et de nos théories produit des observations qui ne cadrent pas avec (l)es catégories, et qui nous obligent par là à élaborer de nouvelles idées et de nouvelles catégories où elles pourront s'intégrer sans forcer » (2002 : 144-146). Laplantine qui propose une anthropologie modale, une anthropologie du sensible stipule : « Il nous paraît indispensable de commencer avec la description ethnographique, qui est la méthode de l'infiniment petit, l'attention aux minuscules détails et aux détails du détail, aux infimes variations par exemple des manières par lesquelles on prépare un repas, on se rencontre, on se touche, on s'évite – ce qui demande non seulement une acuité du regard, mais une mise en éveil de tous les sens. Pour cela, il ne faut pas tant éclairer, qu'alléger en dégageant nos perceptions d'une chape rhétorique de commentaires, de gloses, de paraphrases. Dans cette observation ce n'est pas le résultat qui doit nous préoccuper, mais le processus, l'esquisse, le geste, l'énergie du tracer consistant à raturer, à se tromper, à hésiter et non à fixer, stabiliser (…) » (2005 : 90).

C'est vraisemblablement parce que les anthropologues s'engagent dans des « expériences vécues », parce que les ethnologues rencontrent des altérités culturelles, qu'ils ont été amenés, comme le relève Barbara Tedlock, « à réviser leurs conceptions des liens entre « réalité » et « non réalité » (1987 : 1). Les anthropologues ont constamment été confrontés dans leurs recherches sur les « terrains lointains » à des évaluations différentes du contenu des rêves, à des conceptions différentes de la distinction entre réalité objective et réalité subjective (Edgar, 2004 : 46). « Tandis que Lévy-Brühl attribue aux « primitifs » une mentalité « inférieure », « prélogique » qui les différencie et les sépare de « l'adulte blanc civilisé », les ethnologues de terrain vont constater qu'il n'y pas une différence de nature entre « le prochain et le lointain » (BASTIDE Roger, 1970, *Le prochain et le lointain*, Cujas) » (Durand, 1994 : 32). Roger Bastide, dès la fin des années 50, « engage avec vigueur la recherche sociologique dans les *terrae incognitae* de la « pensée obscure et confuse » du rêve (R. Bastide, « La pensée obscure et confuse » in *Le Monde non chrétien*, no 75-76, Paris, 1965), des fantasmes de la maladie mentale, de la transe religieuse, du symbole, des mythes et utopies » (Durand, 1994 : 33). Citons encore le fameux livre de Claude Lévi-

Strauss, *La pensée sauvage* (1962), qui au contraire de tout européocentrisme, insiste sur le fait que « les hommes ont toujours pensé aussi bien » et qu'en tout homme subsiste un patrimoine « sauvage » infiniment respectable et précieux » (Durand, 1994 : 33).

L'anthropologue, engagé dans des expériences vécues, est amené à suspendre sa réalité prise comme allant de soi alors qu'il/elle rencontre d'autres réalités prises comme allant de soi. Cette démarche conduit non seulement l'ethnologue à réviser ses conceptions sur les liens entre « réalité » et « non réalité », entre « réalité objective » et « réalité subjective », mais cela l'entraîne également vers un détachement de la « pensée de la catégorie » pour lui préférer une pensée du vivant. Selon Laplantine, « la pensée de la catégorie » constitue « un obstacle épistémologique à la compréhension du vivant dans sa temporalité (…) » (2005 : 105). Pour cet auteur, la pensée de la catégorie est aveugle à ce qui s'élabore dans les passages, les transitions, les mouvements d'oscillation instables et éphémères. Elle immobilise le mouvement, le temps, le flux. Or, « Il n'y a pas de réel sans temporalité, sans mouvement, sans flux conduisant ce qui est à devenir et à se transformer, c'est-à-dire aussi à se déformer et un jour disparaître. C'est le caractère mouvant et éphémère de l'existence qui est réel, tout autant, il est vrai, que les réactions défensives visant à s'en protéger » (*ibid* : 197-198).

Après avoir fait ces divers rapprochements entre les pratiques de l'hypnose, du « néo-chamanisme », de l'imagination active et la pratique de l'anthropologie je tiens néanmoins à souligner une différence qui me paraît essentielle. Très souvent, l'imagination dont il est question dans les sciences humaines et sociales est de l'ordre des représentations, du symbolisme alors que dans les pratiques étudiées les symboles sont plutôt de l'ordre de « présentations » que de représentations.

❊

Dans ce chapitre, nous avons commencé par identifier la fonction de recontextualisation et de revitalisation du rituel, ainsi que des thérapies étudiées. Nous avons vu l'importance de délimiter, voire de sécuriser, l'espace-temps dans lequel prennent place les interactions paradoxales. En effet, pour que la recontextualisation, la revitalisation puisse advenir cela nécessite ce que mes interlocuteur/rice.s nomment un *démembrement*. Cet espace-temps est classiquement nommé « liminal », en référence aux études de Van Gennep et Turner. Ces derniers distinguent trois phases dans le

processus rituel, tout d'abord la séparation d'avec l'espace-temps profane, puis la transition et enfin l'incorporation de l'initié avec son nouveau statut social à la « structure » sociale. Il s'avère que dans les rituels « traditionnels » l'espace liminal, la phase de transition, se caractérise par une absence de forme, un *no man's land*, sans règles ni lois. Nous avons vu que dans les thérapies qui nous intéressent, ce *no man's land*, le *démembrement* se traduit plutôt par une absence de mots. Une situation que nous avons mis en perspective avec la théorie sur la construction de la réalité de Berger et Luckmann (2006). Nous avons considéré la possibilité que la déconstruction de la réalité « prise comme allant de soi » laisse sans mots du fait que la construction de la réalité prise comme allant de soi se cristallise avec l'apprentissage de la langue maternelle. Nous avons aussi relevé que passer par cette étape nécessite l'accompagnement d'une personne familiarisée à la liminalité. Un accompagnement que la personne peut semble-t-il peu à peu intégrer par le biais de l'apprentissage du « double positionnement psychique ». Les praticien.ne.s interviewé.e.s semblent avoir vécu « spontanément » au cours de leur « parcours de vie » une socialisation à la liminalité. Enfin, nous avons relevé que l'ethnologie semble favoriser une socialisation similaire.

3.6 De la liminalité à la résonance

Sur la base des réflexions du chapitre précédent sur la liminalité, nous nous pencherons dans le présent chapitre sur les parallèles qu'il est possible de faire entre ce qui caractérise la liminalité et les caractéristiques similaires de la société à laquelle mes interlocuteur/rice.s et moi-même appartenons. Nous commencerons par nous référer aux réflexions de Turner lui-même sur le sujet, recourant au terme de liminoïde pour décrire, non pas une société liminale, mais des activités potentiellement liminales dans une société « de loisirs ». Puis nous nous intéresserons à la coémergence des pathologies dites « limites » depuis les années 70 et des thérapies généralement qualifiées de « New Age », enfin je proposerai d'envisager la socialisation à la liminalité comme une possibilité de développer des relations au monde résonantes, condition pour Hartmut Rosa (2017) d'une Vie Bonne.

3.6.1 Des expériences liminoïdes dans une société liminale ?

Pour Tuner (1974), le développement technologique et l'organisation du travail industriel ont engendré une augmentation du temps « libre ». Si dans ces sociétés

« consuméristes » les rituels traditionnels ont disparu, il serait possible, selon l'auteur de vivre des expériences liminales au cours des activités de loisirs et notamment dans les activités en relation avec l'art. Il ne nomme plus ces expériences « liminales » mais « liminoïdes ».

Il distingue les expériences « liminoïdes » des expériences « liminales » principalement du fait qu'elles sont généralement individualisées et non pas collectives. Par ailleurs, l'individu n'est pas soumis à ces expériences qui font l'objet d'un choix et non d'une obligation.

Selon Thomassen (2014: 82) la proposition de Turner d'envisager certaines activités de loisirs comme liminoïdes a eu un grand retentissement en anthropologie. De nombreux chercheurs se seraient par la suite inspirés de Turner pour étudier l'art, le théâtre, la littérature et d'autres types de loisirs. Néanmoins pour Thomassen, cette perspective néglige l'aspect « périlleux » de l'expérience liminale. Nous l'avons vu, la liminalité implique ce que certain.e.s praticien.ne.s ont nommé un *démembrement*. S'il n'y a pas de « destructuration » nécesssaire à la « recontextualisation », il n'est probablement pas possible de comprendre l'expérience en termes de liminalité. Et à l'inverse, si le démembrement est vécu, sans cadre et sans accompagnement, il peut se révéler dangereux. Rappelons-nous le témoignage de certain.e.s de mes interlocuteurs relatant le caractère pour le moins déstabilisant d'expériences liminales spontanées.

Houseman aussi prend ses distances par rapport au caractère liminal d'activités de loisirs. Il écrit : « L'action rituelle, si elle est efficace, affecte ainsi irréversiblement les relations ordinaires d'une manière perceptible : le comportement ostensible des participants atteste que « l'avant » et « l'après » diffèrent. Aussi le rituel est-il une affaire sérieuse : son efficacité, ce qu'il produit, est bien distincte de la satisfaction qui procède de fait de jouer à un jeu (ou de l'observer) ou d'assister à un spectacle (ou d'y participer) » (Houseman, 2012 : 193)

Par ailleurs, comme le remarque Houseman toujours (*ibid* : 194), les activités rituelles ou les thérapies étudiées « (…) interviennent, pour la plupart, en rapport avec des situations dans lesquelles une réévaluation conventionnelle des relations sociales existantes s'avère indispensable (…) ».

S'il est vrai, sur la base de mon expérience de thérapeute (partagées avec d'autres thérapeutes), que la plupart des personnes se tournent, la première fois, vers les pratiques qui font l'objet de cette recherche, lorsque cela s'avère pour ainsi dire indispensable, il est courant que celles-ci deviennent ensuite un art de vivre, presque envisagé comme un loisir.

Houseman relève d'ailleurs à propos des pratiquant.e.s de Biodanza qu' « il s'agit moins de renaître une fois pour toute à un soi véritable que de se sentir porté par une dynamique d'auto-engendrement sans limites » (Houseman et al., 2016 : 16) Ainsi, les pratiquant de ces danses feraient de leur existence « une phase liminale perpétuelle chargée d'incertitudes mais ouverte à d'inépuisables richesses » (*ibid*).

Cette dernière remarque rejoint en tous points les discours des différent.e.s acteur/rice.s interviewé.e.s ainsi que mes propres expériences. Ce qui m'amène à penser à l'avènement d'un nouveau sujet, réflexif, faisant l'expérience d'une pluralité identitaire, plutôt qu'identifié à la construction d'une réalité unique (en référence aux théories de Mead sur la cristallisation simultanée d'une réalité et d'une identité). Si l'on peut considérer que acteur/rice.s engagé.e.s dans les pratiques étudiées sont d'une certaine manière socialisés à la liminalité, pour Thomassen (2014) de nombreux/ses citoyen.ne.s actuel.le.s subissent une « liminalité permanente » (Arpad Szakolczai : 2000)

Dans la perspective de sujets soumis (et non pas socialisés) à une liminalité permanente, Thomassen décrit la similitude entre les caractéristiques de la société (à laquelle appartiennent ces sujets) et celle de l'espace liminal, de la « condensation rituelle ». Il met notamment en exergue le fait que dans un monde globalisé les références contradictoires et paradoxales sont constantes, que l'économie pousse à une innovation toujours plus grande (chaque entreprise sérieuse, chaque institution a besoin aujourd'hui d'une stratégie d'innovation) (Thomassen, 2014: 8).

3.6.2 Les pathologies dites "état-limites" ou « bordeline »

Il est, pour moi, des plus intéressant de noter que les dites « thérapies alternatives » s'articulent autour d'une socialisation à la « liminalité » alors que sociologues et acteur/rice.s de la santé mentale considèrent que la plupart des patients d'aujourd'hui, en libéral comme en institution, relèvent des pathologies dites « limites » (Ehrenberg,

2012 : 20-21). Je trouve également important de souligner que l'avènement du New Age – qui, si l'on s'autorise à généraliser, pourrait être considéré comme l'avènement de thérapies et spiritualités alternatives favorisant une socialisation à la « liminalité » – coïncide avec l'évolution des pathologies et l'émergence des pathologies dites « limite» depuis les années 1970.

Pour les sociologues (Sennett, Lasch, Lebrun, Cahn et Schneider) comme pour les professionnels de la santé mentale (selon Ehrenberg), le « malaise dans la civilisation » et l'émergence des pathologies dites « limite » serait à attribué au déclin du rôle du père, des institutions, ces représentants de la Loi à intégrer au moment de la résolution du complexe d'Œdipe pour passer du principe de plaisir – intimement lié à l'imagination - au principe de réalité (objective et rationnelle). Pour Ehrenberg c'est toute une dramaturgie sociale qui s'est construite sur la base du modèle psychanalytique. N'ayant pas intégré la loi (le Surmoi) par peur de la castration (levier de l'autorité), les sujets seraient contraints de faire face à leur impuissance, soumis à un « idéal du moi » inatteignable. Malgré sa dureté, le passé (avant le déclin des autorités institutionnelle et paternelle) joue le rôle d'un idéal imaginaire de vie commune dans lequel les gens savaient où ils étaient et qui ils étaient » (Ehrenberg, 2012 : 283).

Les « maladies du père » (névrose obsessionnelle, hystérie, paranoïa) auraient été remplacées par les « maladies de la mère » (états-limites, schizophrénies, dépressions). Typiquement, dans les « maladies de la mère », il y aurait le désir irréaliste de retrouver le « paradis perdu », cet état fusionnel avec la mère du tout petit enfant. Cet *espace* où il n'y a *pas de mots*, où les sujets se sentent *reliés* à *l'environnement*, à *la nature*, au *cosmos*, à *l'univers*. Les « états-limites », face à leur incapacité à retrouver ce « sentiment océanique », à l'impossibilité de revivre ce sentiment de totalité avec la mère, s'adonneraient à des compulsions, passages à l'acte, pratiques addictives, etc.

Nous avons vu que pour plusieurs des praticien.ne.s les compulsions, passages à l'acte, pratiques addictives sont plutôt à attribuer à la *perte d'âme* qu'à une quelconque pathologie de l'insuffisance. Dans le *Core Shamanism*, la « *perte d'âme* » est l'un des « (…) deux principaux types de facteurs spirituels qui peuvent favoriser ou causer l'apparition d'une maladie » (Harner, 2014 : 361). D'ailleurs, dans ce passé idéalisé où

régnait l'autorité institutionnelle et paternelle, la *perte d'âme* générait d'autre maladies, notamment les névroses obsessionnelles liées au refoulement et à la frustration.

Je rejoins la position d'Ehrenberg pour qui les sociologies se fondant sur les analyses psychanalytiques « mélangent un faux problème avec un vrai » (2012 : 418). Si les sujets de la modernité tardive sont bien confrontés à « l'inévitable dissolution des liens de dépendance, sans laquelle il n'y a pas d'individus libres et égaux » (*ibid*, 2012 : 426), il ne s'agit pas de regretter la loi du père, de développer des politiques de santé mentale prônant l'apprentissage de la frustration face au principe d'une réalité unique. Au vu des personnes rencontrées dans le cadre de cette étude, au vu de l'analyse de leur discours et de leur parcours, il me semble plus opportun d'envisager une socialisation à la liminalité.

C'est pourquoi, d'après Ehrenberg encore, aujourd'hui « la santé mentale, à la différence de la psychiatrie traditionnelle, concerne ainsi non seulement la santé, mais aussi *la socialité* de l'homme d'aujourd'hui » (2012 : 425). « Le thème du malaise dans la civilisation n'est donc pas ici un moyen de comprendre la société pour la sociologie, mais un objet qu'elle doit élaborer » (*ibid*, 2012 : 20). Nous ne sommes plus dans un temps de dressage disciplinaire des corps qu'il s'agit de rendre dociles et utiles, selon la formule célèbre employée par Michel Foucault, mais dans un monde où il s'agit de mobiliser et d'accroître les ressources personnelles en favorisant les politiques permettant aux individus d'être les agents de leur propre changement, de gérer la pluralité des mondes et des identités possibles.

3.6.3 La résonance

Si l'on admet l'hypothèse selon laquelle nous vivons dans une société liminale et qu'un grand nombre de sujets souffrent du fait de ne pas avoir été socialisés à cette liminalité (ce que permettrait le recours aux pratiques dites « New Age »), nous pouvons nous demander quel serait l'apport d'une socialisation à la liminalité. Dans l'optique de formuler une esquisse de réponse à cette question, je vais me référer à la perspective d'un auteur dont les théories actuelles me semblent fondamentales[89]. La sociologie de

[89] Les lignes qui suivent reprennent un article publié dans la revue d'écologie politique Etopia (Richardet, 2020)

la relation au monde d'Hartmut Rosa [90] et plus particulièrement son concept de résonance (Rosa : 2018). Je ne pourrai ici présenter que très succinctement le propos de cet auteur que j'invite le lecteur à lire.

Pour Hartmut Rosa, une Vie Bonne[91] dépend de la qualité de nos relations au monde. Qu'il s'agisse des relations à l'environnement, à autrui ou à nous-mêmes. Notre vie est réussie lorsque la majorité de nos relations sont « résonantes ». Mais qu'est-ce qu'une relation « résonante » ? Commençons par mentionner ce qu'une expérience résonante n'est pas. Une relation résonante n'est pas une expérience d'harmonie, un accord, une consonance. Une relation « résonne » lorsque s'engage un processus dialogique avec un élément étranger qui déconcerte, qui se dérobe à toute prise, qui se soustrait à toute attente. La « résonance » doit également être distinguée de l'écho. En effet, l'écho ne possède pas de voix propre, l'écho retentit, il ne répond pas. Alors que dans une relation de résonance chaque terme de la relation se met en jeu, cherche à « impacter » son vis-à-vis, et se laisse en même temps « impacter » par son interlocuteur. Ainsi, dans une interaction résonante, les deux termes de la relation, d'une part se positionnent en sujet, d'autre part considèrent leurs interlocuteurs comme des sujets. Les relations « résonantes » se distinguent des relations « aliénantes ».

Sur la base de ce que nous avons étudié, j'aimerais envisager l'apprentissage de la liminalité comme une forme possible de socialisation à la résonance. En effet, la résonance demande de supporter la pluralité des possibles, les visions opposées, paradoxales plutôt que de déterminer qui a raison sur la base de critères objectifs. De

---

[90] Professeur à l'Université de Friedrich-Schiller à Iéna, Directeur du Collège Max-Weber (centre de hautes études culturelles et sociales) à Erfurt. Co-fondateur d'un institut de recherche sur les sociétés de post-croissance parrainé par la German Research Foundation.

[91] Bien que plusieurs objections puissent être adressées à une définition du Bien Humain, la notion de Vie Bonne figure aujourd'hui parmi les concepts les plus utilisés par les philosophes, et même par le grand public. Les théories contemporaines de la Vie Bonne sont des théories substantielles et normatives qui engagent de nombreuses affirmations éthiques. Elles se présentent comme une théorie normative du bien humain, fondée sur une conception de l'homme dont le développement serait défini objectivement, indépendamment des désirs et attitudes, et où les raisons d'agir seraient relatives à ce qui est requis pour l'épanouissement de l'individu (in https://www.universalis.fr/encyclopedie/bien-philosophie/6-la-vie-bonne/, consulté le 6 février 2020).

même la résonance implique de supporter de se retrouver dans un *no man's land*, d'accepter de ne pas savoir, de ne pas avoir de réponse, jusqu'à ce qu'une image, un symbole émerge, plutôt que de chercher à imposer son point de vue, une réalité unique. Mais la résonance implique aussi d'avoir un cadre, une position et une intention clairs pour ne pas faire écho à son interlocuteur/rice.

⁂

Après avoir considéré la possibilité d'expériences liminales dans le cadre d'activités liminoïdes associées aux loisirs, et plus particulièrement à l'art, par Turner, nous sommes arrivés à la conclusion que la comparaison n'était pas pertinente du fait que les activités liminoïdes sont généralement optionnelles et n'accompagnent pour ainsi dire jamais le sujet dans la déconstruction de sa réalité, dans une expérience de *démembrement*. Nous nous sommes intéressés, avec Ehrenberg, à la dramaturgie sociale construite par les acteur/rice.s de santé mentale, qui dénoncent une prolifération de pathologies dites « limites » depuis les années 1970, associées à une maladie « de la mère ». Cette prolifération aurait pour cause, selon les acteur/rice.s de santé mentale, l'effondrement de la loi (du père) représentées par les institutions, l'incapacité qui en découle de gérer la frustration liée à l'apprentissage du « principe de réalité » (apprentissage généralement concomitant à la résolution du complexe d'Œdipe, soit à la peur de la castration, une théorie psychanalytique prise comme allant de soi tant par de nombreux sociologues que par les différents acteurs de santé mentale). Plutôt que de prescrire la clarification et le renforcement des normes institutionnalisées, j'envisage une socialisation à la liminalité comme source de relations au monde résonantes, conditions d'une Vie Bonne selon Hartmut Rosa.

3.7. L'impensé socioculturel qui sous-tend l'aliénation

Dans ce dernier chapitre, il m'a paru important de mettre en lumière les impensés socioculturels qui sous-tendent les théories psychologiques et sociologiques traditionnelles et qui discréditent les expériences qualifiées de New Age. Ainsi nous verrons quelles sont les théories classiques de la psychologie relatives à l'imagination. Puis nous envisagerons les impensés socioculturels sur lesquels se fondent ces diverses théories. Nous procéderons de même avec les sciences sociales. Enfin nous considérerons les risques d'une socialisation à la liminalité qui s'en tienne à la seule perspective individuelle, sans tenir compte des impératifs institutionnels.

3.7.1 L'imagination et la psychologie

Je commencerai par identifier, sur la base des écrits de Mary Watkins (1986), la manière dont généralement la psychologie et plus particulièrement la psychanalyse interprètent les différents aspects des vécus décrits par les praticien.ne.s rencontré.e.s. Nous verrons notamment que le recours à l'imagination est le plus souvent associé à un stade infantile, au sein duquel le « principe de plaisir » prime sur le « principe de réalité » ; un stade infantile dans lequel justement les contours de la réalité et de l'identité ne sont pas clairement définis. Un stade considéré comme pathologique s'il persiste à l'âge adulte, d'autant plus si les personnages imaginaires sont considérés comme « réels » et que le sujet s'imagine pouvoir avoir un impact sur la réalité tangible par le biais de son imagination. Les psychologues conventionnels qualifient cette pensée infantile de « pensée magique ». La confrontation entre mon interprétation des récits des praticien.ne.s et les théories psychologiques, m'amènera à présenter, sur la base des écrits de Nancy Midol et Tobie Nathan notamment, ma propre analyse des fondements socioculturels du modèle psychanalytique.

Avant d'entrer dans le détail des *a priori* de la psychologie relative à l'imagination, il faut savoir que globalement ces *a priori* se fondent sur la conception freudienne du développement de l'enfant. Selon la psychanalyse freudienne, l'enfant *joue* avec son imaginaire dans les stades narcissiques précédant le complexe d'Œdipe. La résolution du complexe d'Œdipe doit conduire l'enfant, par peur de « la castration », à abandonner ses *jeux* imaginaires et « le principe de plaisir » pour intégrer la « Loi du père », « Le principe de réalité ».

Selon Watkins, la perspective psychanalytique place l'imagination sur un continuum qui part de la fuite de la réalité et s'étend jusqu'à l'aide à s'adapter d'une manière conventionnelle à la réalité. Dans cette perspective, la valeur de « l'imaginal » est son lien avec la réalité. Dans ce continuum, les personnages « imaginaux » sont considérés comme représentatifs des différents conflits infantiles, correspondant aux différents stades du développement avec leur défenses caractéristiques (pulsion primitive, orale, sadique…). « Les introjects sont considérés soit en termes de narcissisme ou d'agression. Le jeune enfant passe de la position paranoïaque à la position dépressive. Quel choix ! » (Watkins, 1986 : 30-31, ma traduction).

Au sein de la psychologie du développement, « Imaginer est vu comme un moment transitionnel dans le développement des capacités cognitives de l'enfant. Les adultes chez qui persisterait le dialogue imaginal sont décrits par Piaget comme des hommes et des femmes avec des dispositions puériles ». Pour Piaget, les progrès dans la socialisation sont une imitation toujours plus objective de la réalité et non une augmentation du symbolisme. L'imagination de l'enfant doit s'enrichir avec son expérience et sa connaissance de la réalité et ne doit pas lui servir à s'échapper de la réalité. L'imagination doit rester liée à l'action dans le monde concret. À la fin de l'âge préscolaire, l'imagination doit réguler les futures actions de l'enfant dans le monde matériel. Piaget place l'imagination sous la rubrique « pensée non dirigée » en opposition aux pensées « dirigées ou intelligentes ». La pensée non dirigée ne serait pas adaptée à la réalité, tendrait à ne pas établir la vérité mais à satisfaire des désirs. Les lois de l'imagination ne seraient pas les lois de l'expérience et de la logique mais celles du symbolisme et de la satisfaction immédiate. L'imagination est considérée comme inférieure à la raison et à la réalité (Watkins, 1986 : 31-32). Selon Mihailescu, Piaget partage ainsi, « sans paraître s'en apercevoir, une croyance bien plus répandue : (…) nous – les hommes adultes, normaux de l'Occident contemporain – sommes exempts des faiblesses liées à la pensée symbolique, et (…) celle-ci n'existe que chez les autres : les animaux, les enfants, les femmes, les fous, les poètes – ces fous inoffensifs –, les sauvages, les ancêtres – qui, en revanche, ne connaissent qu'elle » (1998 : 18).

Pour les théoriciens de la relation d'objet à travers les projections, introjections et identifications dans le dialogue imaginal, l'enfant aurait le pouvoir de changer son expérience psychologique malgré le peu de pouvoir qu'il a sur ses interactions avec les autres dans la réalité. Grâce à ces mécanismes, l'enfant serait capable de s'investir dans des sentiments et des expériences de son existence problématique mais avec la possibilité de les vivre complètement différemment (Watkins, 1986 : 25). Dans ces conceptions, la fonction du monde intérieur est de réaliser les vœux, de faire que ce qui est souhaité apparaisse alors que le monde extérieur est ressenti comme inadéquat, discontinu, hostile, accusateur, oppressant.

Toujours selon Mary Watkins, au sein des diverses théories psychologiques, l'imagination « (…) est perçue comme un opposé un peu dangereux et trompeur de la réalité » (Watkins, 1986 : 21, ma traduction). Les psychanalystes, comme les psychologues du développement et les théoriciens de la relation d'objet considèrent

l'imagination comme un moyen pathologique, lorsqu'il persiste chez l'adulte, de satisfaire ses vœux et de compenser la rudesse de la réalité. Pour Bleuler, « What is called fantasy disregards one or more aspects of reality replacing them by arbitrary presuppositions, it is autistic » (Bleuler, 1951 : 416). Pour Freud, « (…) a happy person never phantasies, only an unsatisfied one. The motive forces of phantasies are unsatisfied wishes (…) » (Freud, 1959 : 146). Pour Schafer (1968) les personnes qui expérimentent les représentations personnifiées de manière répétée sont perçues comme dominées par des fixations infantiles, vivant sous la pression de vœux infantiles et ayant une prédilection pour le contrôle magique sur les objets et qui les détourneraient des relations d'objet avec l'extérieur (Watkins, 1986 : 29). Le développement « normal » coïnciderait avec un « imaginal » reflétant la réalité avec plus d'exactitude et une dépersonnification des présences et non pas des présences ayant leur propre vie, leurs propres énergies et des intentions indépendantes de celles du sujet. Les psychanalystes et les théories du développement préconisent une unification des figures imaginales multiples car ils craignent l'état pathologique de « personnalités multiples ». Suggérer qu'une personne pourrait s'entretenir avec plusieurs figures et leur permettre plus d'autonomie conduit beaucoup de cliniciens à penser que c'est encourager l'hallucination, la dissociation, la fragmentation de la personnalité, une faiblesse dangereuse de l'ego. L'approche psychiatrique habituelle différencie l'hallucination de l'imagination dans la capacité à différencier les pensées des expériences perceptuelles ou dans la non distinction entre expériences internes ou externes. L'hallucination est définie comme une image interne qui semble réelle, vivante et externe comme la perception d'un objet. La stratégie thérapeutique usuelle est d'aider le patient à retrouver ses notions et valeurs habituelles : soit que ce qui n'est pas consensuellement validé devrait être expérimenté comme « interne » et que le contenu de cet espace interne devrait être des pensées et non des figures (*ibid* : 142).

Sans nier le fait que les dialogues imaginaux jouent un rôle dans le développement de l'enfant par rapport à l'autorégulation de son comportement, des pensées abstraites et l'aptitude du langage et que chez l'adulte il peut suppléer une réalité déficiente qui ne permet pas de satisfaire tous les vœux, au vu de ce qui précède, il me paraît légitime de se poser la question, comme Watkins : est-ce là les seules fonctions de l'imagination ?

A l'opposé du point de vue selon lequel l'imagination a une influence pathologique sur les enfants, certains chercheurs pensent que son absence peut être un réel problème.

Gardner et Olness (1981) avancent l'hypothèse que la dévaluation de l'imagination dans notre culture occidentale pourrait contribuer aux conflits qui se manifestent durant l'adolescence (Joyce & Crowley, 2013 : 78). De même, des recherches ont montré que les enfants investis dans des dialogues « imaginaux » étaient moins agressifs, plus coopératifs, souriaient plus, étaient plus capables de se concentrer, s'ennuyaient moins, étaient plus avancés linguistiquement. Il n'y aurait aucune indication selon laquelle ils auraient remplacé les relations d'objets avec leurs fantasmes (Watkins, 1986 : 68).

Et même dans des situations cataloguées comme étant de l'ordre de la pathologie, pour Mary Watkins, les patient.e.s sont trop rarement suffisamment questionné.e.s sur la nature de leurs expériences. Pourtant, ce questionnement pourrait se révéler instructif. En effet, il semble que dans les hallucinations, souvent associées à la schizophrénie ou à la paranoïa, les figures imaginales sont intrusives, jugeantes, abusives. La personne n'a pas un « *espace* de détachement » dans lequel se tenir. De plus, les relations entre le soi et les figures imaginales sont le plus souvent non réciproques. Celui qui hallucine se sent atteint par les figures mais ne peut pas lui-même les atteindre ou les toucher. Cette passivité est souvent couplée avec un sentiment d'impuissance (*ibid* : 147). Pour l'auteure, ce qui est pathologique est la relation entretenue avec les figures « imaginales » et non les figures « imaginales » elles-mêmes. Les relations pathologiques avec ces figures se retrouvent dans les relations avec les autres en général. On constate peu de distance dans les relations, l'impression que l'on peut entendre ses pensées ou lire dans son esprit. Il y a peu de barrières de protections de sa vie intime, sa sphère privée est envahie, ce qui conduit à la peur ou à la passivité ou alors au passage à l'acte en réaction. Aller mieux pour quelqu'un qui a des hallucinations de type schizophrénique c'est aussi concevoir les autres réels comme plus humains, pouvoir entrer en relation avec eux. De même, c'est développer le sentiment de pouvoir choisir et influencer les choses, faire ce que l'on aime. En même temps, dans les hallucinations, les figures stéréotypées deviennent plus animées, plus particulières, la personne a envers elle un rôle plus actif, moins passif. Il semble que lorsqu'on prend la peine d'écouter la voix, qu'on crée un environnement favorable où la voix peut s'exprimer et que l'on n'essaie pas de la faire taire ou de la ramener à la réalité, lorsque la personne se relie activement à ses images intérieures, la nature contrôlante de ces processus psychiques autonomes semble s'adoucir et se transformer. Lorsqu'une relation mutuelle est forgée, il devient possible de voir ce que la figure veut

(*ibid* : 153-154). Pour Perceval[92] (Bateson, 1975), comme pour d'autres, la guérison coïncide avec un changement dans la manière d'entendre et de comprendre les esprits et pas dans leur disparition. Une liberté toujours plus grande qui comprend la capacité de désobéir à ses dieux, de s'affirmer fermement face à eux, de se différencier par rapport à leurs règles.

Si certains courants de psychothérapie ont mieux intégré l'imagination (psychodrame, Gestalt, analyse transactionnelle, visualisation guidée, psycho-synthèse, hypnose, etc.), Watkins souligne que généralement, le cours développemental visé reste de la multiplicité à l'unité (1986 : 110). Pour Nathan et Stengers, « (…) malgré les nombreuses mises en garde de penseurs exceptionnels, véritables visionnaires, comme l'a par exemple été Marcel Mauss (1959), malgré les recherches approfondies et extrêmement démonstratives des anthropologues sur la « pensées sauvages » (Lévi-Strauss, 1962), malgré les résultats cliniques régulièrement publiés des chercheurs en ethnopsychiatrie, les psycho-pathologistes continuent de prétendre qu'il existe une *pensée* d'un côté – celle de la psychopathologie occidentale –, des *croyances* de l'autre – celles de ces ‹ pauvres › sauvages qui englués de fantasmes, ne savent que gesticuler naïvement des actes ‹ symboliques » › (Nathan et Stengers, 2012 : 48). Selon ces auteurs, les psycho-pathologistes ne parviennent à penser le recours à l'imagination et aux tiers que comme : «

- des leurres d'illusionnistes
- des manipulations de croyance (certainement une part de la pensée de Claude Lévi-Strauss, *L'anthropologie structurale*, 1958)
- voire de séduction
- les effets de l' « effet placebo » (…)
- de simples consolations (certainement une part de la pensée de mon regretté maître, Georges (1980)
- bref : de la « pensée magique » (entendez : une pensée infantile (La plupart des psychanalystes classiques, à commencer d'ailleurs par Freud – et cela dans toute son œuvre)

[92] BATESON Gregory, 1975, *Perceval le fou : autobiographie d'un schizophrène, 1830-1832*, Paris : Payot

- les plus généreux reconnaissant aux guérisseurs une sorte de science intuitive (c'était la pensée de Roheim qui considérait les chamans indiens comme des sortes de psychanalystes sans le savoir (Roheim, 1972) » (Nathan et Stengers, 2012 : 48).

Pour Nathan et Stengers, la condamnation de l'imagination par des professeurs comme Charcot ou Freud n'est que l'enregistrement officiel « signant la disparition de la multiplicité des Univers » (2012 : 15-16). Selon ces auteurs, le but des « savants » « est toujours de couper le sujet de ses univers, de ses affiliations possibles, de le soumettre, lui aussi, lui comme tout le monde, de le soumettre, et surtout en tant qu'individu seul, à l'implacable et aveugle « loi de la nature (c'est sans doute cette « loi » que certains psychanalystes appellent castration à laquelle ils se vantent non seulement de se soumettre eux-mêmes, mais de souhaiter y soumettre également leurs malades » (*ibid* : 19).

3.7.2 Les valeurs socioculturelles sur lesquelles se fondent la psychologie

Watkins relève que pour la psychopathologie, fondée sur la théorie psychanalytique, « Il n'est jamais considéré que le déclin du dialogue imaginal soit dû à des facteurs sociaux » (1986 : 41). Pourtant, ajoute-t-elle, Erwin Goffman (1981), dans son étude sur le « self-talk », formule l'hypothèse d'un tabou social à propos du dialogue imaginal. Ce tabou résulterait de nos conventions concernant la nature de la réalité, la rationalité et l'idée du développement. Le dialogue imaginal serait une brèche dans l'accord tacite selon lequel la réalité serait ce que l'on partage, ce ne serait pas le monde intérieur subjectif. Ce serait aussi une brèche dans le concept du soi considéré comme unifié, relié à une identité stable qui ne passe pas d'une humeur à l'autre, d'une attitude à l'autre. Pour Goffman, l'internalisation du « self-talk » ne serait pas forcément un progrès dans le développement mais plutôt une conscience croissante du tabou social. Le « self-talk » ne disparaîtrait pas avec l'arrivée de la pensée abstraite ou le discours socialement partagé, il se confinerait dans les contextes où il n'est pas censuré.

Sur la base de la théorie psychanalytique – ayant choisi d'accorder plus d'importance à une construction de la réalité donnée qu'à la coexistence possible d'« univers multiples » – la socialisation « occidentale » est considérée comme réussie lorsque l'enfant a intégré LA réalité et non pas la possibilité de *jouer* et dialoguer avec DES constructions de la réalité et de l'identité. L'enfant « occidental » n'est donc pas

socialisé à la « liminalité ». L'expérience de la « liminalité » est même considérée comme dangereuse, pathologique, indice de la persistance d'un stade infantile. Or je fais l'hypothèse que la « liminalité » peut effectivement s'avérer dangereuse pour une raison principale, le fait de ne pas y avoir été socialisé. Car, sur la base du discours des praticien.ne.s rencontré.e.s, il semble au contraire que la socialisation à une « liminalité » cadrée et orientée positivement soit source d'épanouissement.

Nancy Midol écrit :

> « (…) la psychanalyse freudienne (…) a choisi le terrain du contrat social contre le terrain de la Nature. Le contrat social scelle le langage et la Loi, après le meurtre du père et se fonde sur le secret du meurtre et l'interdit de l'inceste comme le construit Freud dans son essai *Totem et tabou* paru en 1913. (…) Mais cet univers légiférant, peut-il tenir à distance les forces évolutives de la vie ? Pour cela il faudrait que le pouvoir politique tue la puissance du vivant, sa capacité adaptative, sa force primitive et créative, qu'il dénie à l'humain de faire partie de la nature en perpétuelle transformation et de participer aux cycles des renouvellement » (Midol, 2015 : 53).

Nous retrouvons dans cette critique de la psychanalyse freudienne les questions qui ont été au centre de nos préoccupations tout au long des pages précédentes. Selon Nancy Midol, la psychanalyse a choisi d'accorder plus d'importance à la construction sociale de la réalité cristallisée au moment de l'acquisition du langage qu'aux univers multiples, à la vie qui, de par sa nature en perpétuelle transformation, va inévitablement questionner cette construction culturelle et non pas naturelle. Midol reprend le questionnement de Roustang :

> « ‹Qu'est-ce qui nous prouve que l'appel au transfert paternel et à la nécessité de la filiation en psychanalyse n'est pas une manière d'éviter de rencontrer dans l'analyse le rapport plus dangereux et plus archaïque à la mère, et à son langage qui est précisément la dérision du langage ? › (1977 : 172). Dérision du langage et promotion des images, des traces sensitives, ou plus encore réinvention des mots, réinvention de l'espace symbolique qui rend des actions et des choses autrement signifiantes » (Midol, 2015 : 52).

On voit que chez Midol aussi on retrouve les images – associées au langage de la mère qui est précisément la dérision du langage – en deçà de la Loi paternelle fondant la construction sociale de la réalité, soi-disant naturelle et universelle.

Pour Nancy Midol, l'universalité à laquelle Freud prétend n'a pas pris la mesure de son ethnocentrisme. Elle marque l'idéologie dominante du XIX^{ème} siècle du point de vue de l'homme mâle, blanc, bourgeois. « Les temps changent et, comme les environnements physiques, technologiques et mentaux, les sociétés se renouvellent. Freud faisait de l'homosexualité une maladie, du complexe d'Œdipe un universel et de la sexualité féminine un continent noir, une *terra incognita* ! Temps révolu, qui éclaire le poids du patriarcat bourgeois du XIXe siècle, de la famille nucléaire repliée sur le foyer parents/enfants, l'autorité du Pater familias, qui sont devenus des dispositifs dépassés par les familles recomposées, les mariages gays et lesbiens, et la lutte pour la libération des femmes et pour leurs acquis ! Ainsi on ne peut faire une science humaine (et donc sociale) figée à travers des théories universelles, ceci constitue le premier enseignement d'une épistémologie de la psychanalyse. On découvre qu'il faut réintroduire l'époque pour cerner les comportements humains dans leur contexte et pour en faire l'interprétation » (Midol, 2015 : 15-16). De même, pour Watkins, ce qu'une culture désigne comme psychopathologique reflète ses valeurs et présupposés.

La psychanalyse, au XX^{ème} siècle, a bouleversé la connaissance de l'âme humaine (Ehrenberg 2012 : 26). Elle s'est imposée « pour questionner l'insu qui gouverne les humains à travers le concept d'inconscient » (Midol, 2015 : 15). Selon Nathan, la psychanalyse a pris cette place « (…) parce qu'elle est en phase avec la laïcisation du monde, avec ce que Marcel Gauchet a appelé son « désenchantement ». Elle a réussi là où bien d'autres avaient essayé sans succès depuis au moins cent cinquante ans. Grâce à la fiction de l'inconscient, la psychanalyse a expulsé les non-humains des rêves des humains, convainquant presque de l'absolue solitude narcissique de l'homme dans ses rêves. « Presque », car Freud procède à cette épuration en consentant deux concessions (…) : L'intérêt pour le contenu du rêve et la possibilité de son interprétation. C'est par cette double promesse, de continuer à écouter le texte des rêves et d'y trouver une signification qui concerne le rêveur, qu'il réussit à accrocher l'intérêt du commun » (Nathan, 2011 : 79). « Freud ne fait que poursuivre le procès entamé au XVIIIe siècle, un procès politique, en laïcisation, en individualisation, en acceptation de l'inéluctabilité du chaos. On allait enfin admettre qu'il n'y a personne dans le rêve ;

personne d'autre que le rêveur lui-même. Tout comme les dieux avaient été chassés de l'organisation politique de la cité, tout comme les êtres avaient disparu de l'espace fréquenté par les humains, les rêves devaient à leur tour être purgés de leurs présences parasites. Et si cette question revêtait une importance secondaire pour la pensée savante émergente, elle restait, comme elle l'est encore aujourd'hui d'ailleurs, très présente dans la pensée populaire. Le « peuple » continue à interroger ses rêves – à y rechercher l'intervention de tiers, à y guetter les signes des événements à venir. L'importance de la psychanalyse ne provient pas de sa nouveauté, mais de son succès auprès des gens du commun. C'est au peuple et non aux savants que s'est adressé la psychanalyse » (Nathan, 2011 : 78).

3.7.3 L'impensé qui fondent les analyses classiques socio-anthropologiques de la santé mentale et du New Age

Alors que le point de vue psychopathologique se veut sous-tendu sur des recherches objectives, nous avons vu qu'il repose en grande partie sur des présupposés socioculturels. Or il semble que les analyses socio-anthropologique classiques se fondent sur le même impensé socio-culturel en reprenant, plus ou moins consciemment, les perspectives psycho-pathologiques. Dans ce dernier chapitre, je présenterai tout d'abord plusieurs théories socio-anthropologiques semblant s'être approprié la perspective psychopathologique pour penser le New Age et notamment la prépondérance du nombre de femmes dans les thérapies et spiritualités alternatives. Puis nous verrons comment d'autres analyses socio-anthropologiques articulent le malaise social autour des concepts psycho-pathologiques sans prendre non plus la mesure des valeurs socio-culturelles qui habitent ces concepts. Je terminerai en suggérant les incidences probables de cette réappropriation sur les politiques de santé publique. Cela m'amènera naturellement pour la conclusion de cette recherche à la proposition d'une anthropologie complémentaire pour penser les thérapies et spiritualités alternatives, le malaise social et par conséquent les politiques de santé publique.

L'anthropologue fondateur du néo-chamanisme Michael Harner mentionne que « Weston La Barre, anthropologue largement influencé par la théorie psychanalytique de Freud, déclara que presque toutes les expériences mystiques, et notamment les expériences relatives au chamanisme, étaient des manifestations de névrose ou de psychose » (2014 : 57). De même dans mes lectures relatives à la socio-anthropologie

du New Age, la majorité des auteurs paraissent prendre pour acquis les dimensions infantile et pathologique relatives à l'imagination.

Stolz *et al*. se demandent pourquoi des pratiques et des croyances qui vont à l'encontre de la pensée rationnelle et scientifique ne font pas l'objet de plus de critiques. Ils listent ces pratiques et ces croyances sans contexte, en ne mentionnant aucun discours des acteur.rice.s relatif à ces pratiques et croyances.

Par exemple pour Stolz *et al*. :

> « Les ésotériques vivent dans un monde enchanté » (Stolz *et al*., 2015 : 117).
>
> « Comme le divin se cache partout, de nombreux ‹ésotériques ›pensent que l'on ne peut pas distinguer entre la Terre et le Ciel » (*op. cit*. : 117).
>
> « Comme les ésotériques parviennent à voir l'extraordinaire dans l'ordinaire, et toute la vie comme quelque chose de divin, ils sont dans un monde dans lequel il y a partout des messages spéciaux, des visions et des secrets » (*op. cit*. : 117).
>
> « Environ 52% des *alternatifs* pensent qu'il y a une renaissance ou une réincarnation de l'humain dans d'autres vies » (*op. cit*. : 82).
>
> « 58 % tiennent pour vraisemblable l'existence de personnes qui peuvent prédire le futur » (*op. cit*. : 82).
>
> « Les alternatifs s'intéressent au contact avec les anges et les esprits, aux énergies cosmiques, aux chakras, aux pouvoirs des maîtres secrets, chamanes, rebouteux, guérisseurs, aux forces bienfaisantes des pierres, plantes et cristaux » (*op. cit*. : 82).

De même pour Introvigne :

> « La distinction entre Créateur et création, entre Dieu et nature, entre sujet et objet est radicalement niée pour arriver à une figure de Dieu comme conscience impersonnelle et non transcendante, qui n'a pas grand-chose à voir avec le Dieu du christianisme » (2005 : 152).
>
> « Si l'on revient un instant à l'option fondamentale du New Age sur la question de la vérité, on se rend compte aussitôt de ses conséquences sur le plan moral et politique. Si la vérité n'existe pas, les vérités morales, les valeurs, les vérités

> politiques elles aussi n'existent pas. La morale devient une pure question d'expérience et la politique un simple art du possible » (*op. cit*. : 172).
>
> « (…) le New Age estime que le « Moi » est en réalité un « nous », qu'en chacun habite une foule de « Moi » différents, qui – à des moments différents de la journée ou de la vie – arrivent à prévaloir sur les autres « Moi ». Le New Age ne pense pas d'abord à la maladie connue des psychiatres comme syndrome de la personnalité multiple – dont la description clinique fascine cependant plus d'un new ager » (*op. cit*. : 155).

Selon Laplantine, « Toute cette pensée, que l 'on peut qualifier de pensée magique, qui avait été et est encore – largement discréditée et répudiée (Adorno l'appelait, on s'en souvient, la « métaphysique des imbéciles »), toute cette pensée qui avait dû se dissimuler dans les catacombes pour survivre, refait aujourd'hui surface. L'élimination de « la part maudite » (Bataille 1977) cette fois éclate au grand jour. Et sous des formes qui nous paraissent parfois déconcertantes. Nous assistons à une exaspération tantôt de nationalisme tantôt de subjectivisme. Nous sommes en train de payer le prix de plusieurs siècles de rationalo-centrisme » (Laplantine, 2003 : 23).

On ne trouve dans les propos de ces auteur.e.s aucun questionnement sur le fait que ces croyances et pratiques sont celles du type recensé comme ayant le « plus haut niveau de formation », « bien supérieur à la moyenne ». Serait-ce implicitement lié au fait que ce type est essentiellement féminin ? Ce n'est pas la première fois que le rapprochement serait fait entre « infantile », « pathologique » et « féminin » (Laplantine, 2005).

En effet, on peut lire chez ces auteur.e.s que si « les femmes âgées entre 41 et 50 ans, présentent une spiritualité alternative particulièrement marquée » (Stolz *et al*., 2015 : 222) c'est parce que la spiritualité alternative est « une forme de *coping*[93] », pour ces générations de femmes confrontées à un nouveau modèle de société (*op. cit*. : 222)[94]. Selon ce collectif d'auteur.e.s toujours, le New Age, cette « religions de jeunes » et de « gourous » a exercé, durant les années 1960-1970 « une grande fascination » sur de nombreuses personnes, en particulier sur les femmes qui ont essayé, disent-ils, de relier un besoin d'expériences religieuses auxquelles elles avaient été socialisées (l'éducation

---

93 « En psychologie, stratégie développée par l'individu pour faire face au stress » (https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/coping/19114, consulté le 8 mai 2019)

94 À noter que le collectif d'auteur.e.s de cet ouvrage au titre explicite « Religion et Spiritualité à l'ère de l'égo » compte deux femmes, Malory Schneuwly-Purdie et Judith Koenenmann.

religieuse, semble-t-il, était une tâche dévolue aux femmes) avec de nouvelles formes de liberté (*op. cit*. : 221). Les auteur.e.s s'interrogent toutefois sur le *gender gap* qui ressort de leurs résultats. Un point qui « devra faire l'objet d'investigation ultérieure » (*op. cit*. : 222) car sur la base de leurs réflexions théoriques, les auteur.e.s se seraient attendus à ce que l'écart entre le nombre de femmes, nettement supérieur au nombre d'hommes, engagées tant dans des pratiques religieuses institutionnelles que dans des spiritualités alternatives, se réduise pour les générations plus jeunes. Ce qui n'est pas le cas.

Pour ma part, le fait que toujours selon l'étude de Stolz *et al*, les spiritualités alternatives soient principalement pratiquées par des femmes, ayant une éducation supérieure à la moyenne, travaillant à temps partiel et n'ayant pas pu monnayer leur qualification dans une carrière professionnelle est une réalité qui suscite mon intérêt. J'espère que ma recherche contribuera à susciter le même intérêt chez le lecteur et favorisera d'autres questionnements féconds.

3.7.4 Ces concepts psycho-pathologiques qui articulent l'analyse sociologique du malaise social

De même, sans prendre la mesure à l'ethnocentrisme et du patriarcat de l'universalité à laquelle Freud prétend, les sociologues et les professionnels de la santé mentale se sont tournés vers la psychanalyse pour expliquer le « malaise dans la civilisation » (Ehrenberg, 2012 : 14). Ainsi « (…) deux sociologues américains, Richard Sennett avec *Les Tyrannies de l'intimité* en 1974 et, surtout, Christopher Lasch avec *Le Complexe de Narcisse* en 1979 lancent l'idée que l'individu est devenu narcissique. La candidature de ce concept psychanalytique à son élection comme concept sociologique a depuis lors été acceptée avec une belle unanimité : un large consensus moral et social sur l'individualisme s'est forgé pour affirmer qu'Œdipe a laissé sa place à Narcisse. Plus encore, la manière dont ces deux sociologues s'appuient sur la psychanalyse pour faire de la sociologie est devenue le grand modèle méthodologique pour parler des maux engendrés par les sociétés individualistes » (*op. cit*. : 21). « La psychanalyse du lien social situe la cause principale du mal commun et individuel dans la fin de la société industrielle, du conflit de classes et des appartenances collectives qui les accompagnaient. Malgré sa dureté, ce passé joue le rôle d'un idéal imaginaire de vie commune dans laquelle les gens savaient où ils étaient et qui ils étaient » (*op. cit*. : 283). Pour les sociologues comme pour les professionnels de la santé mentale, le « malaise

dans la civilisation » viendrait du déclin du rôle du père, des institutions, ces représentants de la loi à intégrer au moment de la résolution du complexe d'Œdipe pour passer du principe de plaisir au principe de réalité. Ehrenberg montre comment la pensée psychanalytique est mobilisée pour penser la société dans des ouvrages de Jean-Pierre Lebrun, Raymond Cahn et Michel Schneider :

> « Il s'agit désormais de penser comment une impasse psychique est – toujours en même temps – une impasse sociale (Schneider, 2002 : 117) » (Ehrenberg, 2012 : 274).
>
> « Pour que le père puisse remplir sa tâche, écrit Lebrun, « il faut encore une autre caractéristique, (…) il faut que cette fonction du père […] soit ratifiée par le social (Lebrun, 1997 : 147) » (Ehrenberg, 2012 : 173).
>
> « Le père, ou plutôt le non-du-père, ou encore le signifiant phallique, ne remplit plus sa fonction normative. C'est sur ce défaut social que fleurissent les nouvelles pathologies » (Ehrenberg, 2012 : 274).
>
> « À une transcendance à laquelle nous pouvions spontanément nous référer, que ce soit pour l'accepter ou pour la contester ou la transgresser –, qui permettait à la société de s'en représenter une, s'est substitué le vœu de trouver une norme qui ne se réfère qu'à elle-même (Lebrun, 2005 : 14) » (Ehrenberg, 2012 : 275).
>
> « L'enlisement dans l'imaginaire individualiste contemporain où la Loi n'est plus portée par le Père est « une invitation à la perversion (Lebrun, 1997) » (Ehrenberg, 2012 : 278).

Pour Ehrenberg c'est toute une dramaturgie sociale qui s'est construite sur le thème du remplacement des « maladies du père » (névrose obsessionnelle, hystérie, paranoïa) par les « maladies de la mère » (états-limites, schizophrénies, dépressions).

3.7.5 Les risques d'une socialisation à la liminalité

J'ai fait l'hypothèse dans les pages précédentes que les pratiques étudiées pouvaient être envisagées comme des formes de socialisation à la « liminalité », à la coexistence des « univers multiples » ; soit une socialisation à une construction de la réalité ne favorisant pas l'intégration de La « loi du père » comme « loi universelle » mais le *jeu* avec différentes constructions de la réalité possibles au sein d'un processus permanent de nouvelles réalités recourant aux images et à l'imagination. Je considère qu'il peut

s'agir d'une manière d'intégrer la socialité à la santé mentale, de permettre, au niveau individuel, d'apprendre à gérer la pluralité de points de vue générés par l'autonomie. Dans cette optique, la quête qui conduit un nombre croissant de personnes à s'investir dans des thérapies et spiritualités alternatives peut paraître compréhensible.

Si l'on considère que le recours aux thérapies et spiritualités alternatives est une socialisation à la liminalité, il s'avère que cette socialisation au niveau de l'individu n'est pas suffisante. Comme le rappellent Berger et Luckmann, « La socialisation prend toujours place dans le contexte d'une structure sociale spécifique (…). L'analyse microsociologique ou socio-psychologique des phénomènes d'intériorisation doit toujours s'accompagner en arrière-plan d'une compréhension macrosociologique de leurs aspects structurels (…) (La psychologie sociale américaine d'aujourd'hui est grandement affaiblie du fait qu'un tel arrière-plan manque) » (2006 : 270). C'est à cette structure sociale que je souhaite consacrer les lignes qui suivent.

Considérer que les socialisations secondaires relatives aux thérapies et spiritualités alternatives, même lorsqu'elles sont de l'ordre de l'« alternation », permettraient aux individus de « naviguer » au sein d' « univers multiples » et favoriseraient à elles seules un *recouvrement d'âme* « durable », c'est ne pas prendre la mesure cette fois-ci d'une autre norme qui sous-tend les résonnements propres à la modernité tardive. La norme de l'*empowerment*, de l'homme seul responsable de son destin. Ehrenberg relève en effet qu'au XXI^{ème} siècle,

> Le chef d'entreprise, emblème traditionnel de la domination des gros sur les petits, symbole de l'héritage et de la rente (c'était la synthèse républicaine), se voit affecté d'une valeur positive inédite. Il devient un modèle d'action pour tous : c'est l'amorce d'un changement majeur de l'esprit dans lequel nous agissons. Réussir, c'est entreprendre de devenir soi-même, progresser de sa propre initiative en s'engageant personnellement pour obtenir » (Ehrenberg, 2012 : 260).

De mon expérience[95], ne pas tenir compte de cette dimension peut même accroitre le malaise des sujets investis dans les pratiques étudiées. En effet, avec l'apprentissage de la liminalité, la valeur accordée à leurs perceptions, la légitimation du recours à

[95] J'évoque ici le vécu des personnes que je fréquente en tant que patient.e.s, collègues, ou ami.e.s.

l'imagination, certain.e.s (peut-être même la majorité) se sentent de plus en plus en porte à faux avec la construction sociale qui continue à régir le fonctionnement des sociétés de la modernité tardive. S'ils/elles ne prennent pas conscience alors de leur croyance en l'*empowerment*, ils/elles vont renforcer leur investissement dans les pratiques, que je nommerai ici exceptionnellement, de « développement personnel ». Pourtant, malgré leur investissement, ils/elles se sentent de moins en moins épanoui.e.s, de plus en plus en porte à faux avec le monde « traditionnel » dans lequel ils/elles sont contraint.e.s d'évoluer sous peine d'être marginalisé.e.s. Il importe donc de développer une perspective macrosociologique pour identifier l'ancrage institutionnel de la réalité à laquelle nous sommes socialisés pour envisager une éventuelle action sociale et non pas seulement individuelle.

Plus précisément par rapport au sujet qui nous intéresse, il s'agirait notamment d'identifier la naturalisation institutionnelle du principe d'objectivité, propre à la démarche scientifique, qui discrédite à la fois les perceptions, l'imagination, la liminalité et les univers multiples. En effet, Galilée (1979 : 41) déjà affirmait que seules sont réelles les propriétés de la matière qui sont susceptibles de mesures mathématiques (par exemple la taille, la forme, le poids). Les autres qualités plus « subjectives » telles que le son, le goût et la couleur ne sont pour lui que des impressions illusoires. Un parti pris renforcé ensuite par la séparation bien connue qu'a effectuée Descartes entre l'esprit pensant, ou le sujet, et le monde matériel des choses, ou les objets. Quant à l'imagination[96], les images, de Socrate à Aristote en passant par Platon, sont perçues comme « maîtresses de fausseté » (Durand, 1994 : 6).

L'étude macrosociologique des ancrages institutionnels de l'objectivité, de la disqualification des perceptions, de l'imagination et des univers multiples pourrait faire l'objet d'une recherche en soi et je me contenterai donc de relever que l'école, sans grande surprise, est au fondement de la naturalisation de l'objectivité. Dans une étude ethnographique des programmes scolaires, Tobias Röhl (2015) montre que c'est une réalité objective qui est systématiquement préconisée, justifiée. Or nos relations au monde se forment essentiellement à l'école. Bien entendu, les éléments de base, les facteurs élémentaires de l'attitude au monde et de l'expérience du monde sont déjà

[96] Pour Varela et Depraz (2001) l'imagination est une attention portée aux perceptions en l'absence de ces mêmes perceptions.

largement développés en amont par la socialisation familiale. « Mais c'est à l'école que commence véritablement la confrontation réflexive avec la « matière monde », par une prise de distance et une assimilation active, et que se formule par là même la cartographie morale » (Rosa, 2018 : 272). C'est au travers de cette assimilation active que la réification des choses par leur objectivation s'impose peu à peu à chacun comme une attitude « naturelle » (Rosa, 2018 : 258). De même, dans le cadre d'une recherche en psychologie cognitive, Clément *et al*. (2001) montrent comment les élèves les mieux notés sont ceux qui attribuent le moins de crédit à leurs perceptions, conscients que cela pourrait les amener à croire que la terre est plate et que les microbes n'existent pas.

⁂

Ce dernier chapitre a mis en lumière les valeurs socio-culturelles qui sous-tendent tant les théories classiques de psychologies que certaines analyses socio-anthropologiques. L'importance accordée à la réalité objective, comme valeur fondamentale de la modernité, conduit à considérer les conceptions plurielles de la réalité et de l'identité comme infantiles, primitives, pathologiques. L'imagination est associée à la pensée magique. Une pensée qui n'aurait pas intégré le fait qu'il n'existe qu'une seule réalité, la réalité objective. Une pensée soumise aux principes de plaisir. Que penser dès lors des expériences « enchanteresse » de « fluidité harmonieuse », des *surprises* et des *cadeaux*, découlant de l'apprentissage d'un dédoublement favorisant la pluralité identitaire ainsi que l'attention aux perceptions? La réflexivité des acteurs supportant l'incertitude identitaire, capable d'intégrer différents points de vue, est-elle vraiment infantile voire pathologique ? L'image, le symbole, engendré par l'ouverture à la différence, la capacité à remettre en cause une construction de la réalité unique, sont-ils vraiment le résultat d'une pensée magique ? Est-il vraiment souhaitable de soumettre le « principe de plaisir » qui gouverne la créativité nécessaire à la recontextualisation, à la révitalisation de la structure sociale, au rajeunissement de nos pensées, au principe de la seule réalité objective ? L'apprentissage de la frustration doit-il vraiment être privilégié à celui de la créativité, de l'ouverture à la différence ? Il est essentiel, de mon point de vue, d'engager le débat à un niveau institutionnel pour favoriser des relations résonantes à un niveau macro-social et non pas cantonner la créativité des individus impliqués dans toujours plus de développement personnel au seul profit des institutions

poussant sans répit à l'innovation dans la seule perspective d'une croissance économique exponentielle, favorisant l'accélération et l'aliénation (Rosa, 2012).

4. Conclusion

Pour conclure, revenons aux questions qui ont suscité cette recherche. Nous nous rappelons que pour Laplantine la quête de spiritualité qui tend à se confondre avec de nouvelles formes de psychothérapies est « l'un des phénomènes sociaux et culturels les plus significatifs de la fin du 20e siècle » (2003 :12). Selon Nathan et Zajde, « tous les événements qui surviennent naturellement dans la vie de chacun relèvent désormais de la psychothérapie » (2012 :14). Face à ces constats, nous nous souvenons que je me suis proposée de chercher à comprendre, à travers l'étude de trois pratiques spécifiques et la rencontre de vingt-quatre praticien.ne.s, l'impact de ces « nouvelles » pratiques sur la vie des acteur/rice.s et ce que cela était susceptible de révéler des valeurs sociales et culturelles en vigueur dans la société à laquelle nous appartenons, mes interlocuteur/rice.s et moi-même.

Au terme de cette recherche je propose de considérer l'hypothèse selon laquelle - au sein d'une société qu'il est possible, d'un certain point de vue, de qualifier de « liminale », au sein de laquelle les pathologies dites « limites » sont devenues la norme, selon les acteur/rice.s de la santé mentale (Ehrenberg) - les pratiques étudiées proposent une socialisation à la liminalité. Ainsi, plutôt que de chercher à faire l'apprentissage de la frustration, de renoncer au principe de plaisir pour se soumettre au principe de la seule réalité objective possible, selon les valeurs socioculturelles de la modernités, certains acteur/rices - généralement initié.e.s spontanément à la liminalité au cours de leur trajectoire de vie - choisissent d'accompagner des patient.e.s dans l'apprentissage de la liminalité. Une socialisation à la source de relations au monde résonantes, conditions d'une Vie Bonne selon Hartmut Rosa.

La partie consacrée à l'analyse du récit des acteur/rice.s rencontré.e.s a permis d'identifier six apprentissages relatifs à ce que j'ai appelé une « socialisation à la liminalité »

Le premier apprentissage consistant à donner de la valeur aux perceptions et à l'imagination induisait une expérience de *retrouvailles* avec un *état* qu'ils/elles qualifient d'*origine*, qu'il s'agisse de *l'enfance* ou d'une *sensorialité première*. S'initier à cet état où *l'on se sent branché différemment*, dans *un sentiment d'ouverture*

particulier, de *fluidité entre le cosmos et l'individu* constitue le deuxième apprentissage. L'attention aux perceptions favorisant cette expérience de *retrouvailles* implique un troisième apprentissage, celui du *double positionnement psychique*. D'un côté le sujet expérimente la « participation », il n'est *plus au centre*, il se sent *relié, branché* différemment, il se laisse *impacter* par le processus. D'un autre, le sujet reste le *témoin* du *processus*, le *garant d'une intention bénéfique* et *constructive*. La relation patient.e – thérapeute soutient l'apprentissage de la *dialectique* psychique.

Mais, soulignent les particien.ne.s, cette dialectique ne se limite pas à deux pôles. Il est question d'apprendre, et c'est là le troisième apprentissage, à laisser *toutes les possibilités circuler librement*, aux *différentes facettes qui nous composent* – et qui ne sont plus *cristallisées* au sein d'une identité – à *dialoguer*. Ce que certain nomment l'*espace transitionnel* – que d'autres désignent comme *le domaine de l'imaginal* ou encore *espace psychoïde* ou *espace symbolique* – permet d'accueillir une *polyphonie*.

Accueillir cette *polyphonie* au lieu de chercher à *inhiber*, ignorer, *réprimer* ce qui est discordant par rapport à un point de vue, une *identité*, conduit presque inévitablement à *accueillir les conflits*, les *paradoxes* entre les différentes voix qui s'expriment. Dès lors, le quatrième point de la socialisation à la liminalité semble être celui d'apprendre à *porter ces conflits* plutôt que de chercher *l'intégration*, l'unité. Pour certain.e.s interlocuteur/rice.s, cela permet de passer du *totalitarisme* à la démocratie, de privilégier le *polythéisme* au *monothéisme*.

Au cœur des paradoxes, des conflits généralement apparus en laissant s'exprimer une certaine polyphonie, le cinquième apprentissage apparaît comme étant celui du recours au tiers, qu'il s'agisse d'une part de soi, d'un élément extérieur, d'une *métaphore* ou d'un *symbole*. En effet, il semble *que recourir à du tiers* permette à la situation sans issue (parce que paradoxale), crispée (parce que conflictuelle) d'évoluer, que l'on appréhende ce *tiers* comme intérieur ou extérieur à soi, comme une présentation ou une représentation. En présence de ces tiers, les acteur/rice.s se sentent en *confiance* pour explorer des *mondes invisibles*, *inconnus*. Les tiers accompagnent l'apprentissage et l'expérience de la « liminalité ».

La socialisation à la liminalité implique encore un sixième apprentissage. Il s'agit d'apprendre à considérer les symboles, non pas comme des représentations d'une réalité tangible ou conceptuelle, mais de leur donner de la valeur en tant qu'objet d'un domaine

d'expérience phénoménologique en soi. Dès lors, il n'est plus question de chercher à interpréter les images ou les symboles – ce qui reviendrait à les ramener à du connu – mais de les envisager comme la meilleure forme possible d'une réalité pour laquelle il n'y a pas – ou pas encore – de mots adéquats.

Dans la partie consacrée à l'interprétation anthropologique des récits des acteur/rices, j'ai rapproché les expériences thérapeutiques, relatées par les praticien.ne.s rencontré.e.s, des théories sur le rituel de Houseman, Severi et Luhrman. En référence à ces auteur.e.s, j'ai choisi de m'intéresser plus particulièrement aux schèmes interactionnels caractéristiques des activités rituelles. Cette prise en considération des interactions nous a conduit, sur la base des ouvrages de Calo Severi, à une compréhension renouvelée de l' « efficacité symbolique ». Une compréhension renouvelée susceptible d'éclairer les statistiques selon lesquels certains types de pratiques spirituelles aurait un impact non seulement sur l'espérance de vie, mais aussi sur la pression artérielle et le renforcement du système immunitaire (Luhrmann).

L'efficacité symbolique découlerait de la capacité du/de la patient.e à créer une image pleine de sens (et non pas d'une manipulation symbolique effectuée par le maître de cérémonie) à partir d'une liste d'indices incomplète, favorisant, comme le montre des recherches sur l'illusion perceptive, une projection objectivée. C'est la « condensation rituelle » de relations contradictoire, paradoxales, délivrant des messages obscurs, voire absurdes, qui favoriserait la « tache de Rorschach » facilitant la projection. Une projection immédiatement objectivée par l'attention aux perceptions. Dans les pratiques plus thérapeutiques que rituelles, plus intérieures, où les actions sont décrites ou imaginées plutôt qu'agies, les relations contradictoires et paradoxales sont en partie générées par le dédoublement identitaire du sujet en train d'observer sa propre expérience interne - sensations, images, pensées - comme si elles étaient les signes d'une conversation avec un tiers. Le sujet se retrouve à la fois acteur (en imagination du moins) et spectateur. Ce dédoublement, que l'on retrouve sous la forme d'un parallélisme dans les rituels plus traditionnels, c'est-à-dire que c'est le chamane qui se décrit en train de décrire la situation au/ à la patient.e, permettrait d'introduire du jeu entre les divers points de vue qu'il est possible d'avoir sur soi, entre les diverses constructions de la réalité (Berger et Luckmann), même contradictoires, même paradoxales.

Ces réflexions sur l'« efficacité symbolique » nous ont amenés, par le biais d'une branche oubliée de l'anthropologie du XIXe siècle, la biologie des images, ainsi qu'en références aux sciences cognitives et plus particulièrement à la notion *d'enactive cognition* au sein de laquelle l'imagination a une place de choix, à reconsidérer la relation sujet-objet qui fonde la conception moderne du monde. Reprenant les notions de « quasi-sujets » mêlé à des « quasi-objets » de Bruno Latour, nous avons porté un nouveau regard sur les tiers, les objets rituels, dont Tobie Nathan avait déjà révélé l'importance dans les tradi-thérapies.

En nous référant à nouveau aux sciences cognitives, mais sans vouloir réduire les explications possibles à ces dernières, nous avons identifié quelques pistes de réflexions par rapport au sentiment rapporté par les pratiquant.e.s de se sentir plus agi.e.s qu'agent.e dans des expérience « harmonieuse de fluidité enchanteresse ». La libre expression d'une part d'un inconscient cognitif, fondé sur les premiers apprentissages sensorimoteurs avant l'apparition du langage (Lakoff et Johnson, Varella et Depraz), d'autre part d'un principe d'homéostasie guidant « le vivant » dans ce qu'il y a de mieux pour l'organisme et sa descendance (Damasio) pourrait en partie expliquer ce sentiment d'être agi, lorsque les sujets ne cherchent pas à imposer leur volonté.

Cette perspective ne me paraît pas relever d'une conception évolutionniste, d'un désir de « retour » à un état de nature primordiale, du fait que ces expériences impliquent un dédoublement, une réflexivité. *L'étincelle du témoin*, de la conscience, reste *garante de l'intention* positive et constructive de l'exercice. Le thérapeute, puis au gré de l'avancement de la socialisation à la liminalité, la conscience du/de la patient.e lui/elle-même, restent garants du cadre, tout comme, dans les rituels « traditionnels » les étapes de « séparation » et d' « incarnation » encadrent la « phase liminale » (Van Gennep, Turner) au sein de laquelle la déconstruction, le *démembrement*, la « condensation rituelle » (Houseman), se jouent. Dans un raisonnement similaire, Turner distingue ce qu'il appelle la Communitas du Flow (Mihali Csikszentmihalyi). Si dans la phase liminale, comme dans le Flow, les acteur/rice.s font l'expérience d'un état dans lequel ils/elles se sentent agi par une logique interne qui n'implique pas l'intervention de la volonté, un état dans lequel ils/elles se sentent en complète harmonie avec l'environnement, dans la Communitas, à la différence du Flow, les sujets conservent leurs distinctions individuelles.

Je termine en interrogeant la disqualification des pratiques dites « New Age » par la psychologie classique ainsi que par certains socio-anthropologues. Peut-on vraiment se limiter à des interprétations qui rapprochent ces pratiques d'une pensée magique, relevant de personnalités infantiles, primitives ou même pathologiques ? La réflexivité des acteurs supportant l'incertitude identitaire, capable d'intégrer différents points de vue, est-elle vraiment infantile voire pathologique ? L'image, le symbole, engendré par l'ouverture à la différence, la capacité à remettre en cause une construction de la réalité unique, sont-ils vraiment le résultat d'une pensée magique ? Le « principe de plaisir » qui gouverne la créativité nécessaire à la recontextualisation, à la révitalisation de la structure sociale, au rajeunissement de nos pensées est-il à soumettre au principe de réalité objectif ? L'apprentissage de la frustration doit-il être privilégié à celui de la créativité, de l'ouverture à la différence ? Que penser du principe d'homéostasie, fondé sur les images, qui informerait l'organisme via les émotions, et notamment avec le principe de plaisir comme étalon, du meilleur choix possible pour l'organisme en tenant compte des conséquences pour les générations futures ? Est-il réellement bénéfique de soumettre ce principe-là aux concepts relatifs à la construction d'une réalité unique ?

Je fais l'hypothèse, au terme de cette recherche, que les thérapies et spiritualités alternatives, du moins celles qui font l'objet de cette étude, sont le lieu de ce que j'ai appelé une « socialisation à la liminalité » nécessaire pour articuler un monde où les réalités multiples se côtoient ou les versions de soi sont amenées à s'adapter continuellement aux différentes circonstances. Cette socialisation implique une réévaluation positive du rôle des images, de l'imagination, au cœur d'une efficacité symbolique favorisant recontextualisation et renouvellement. De même l'apprentissage de la liminalité nécessite une prise en considération du rôle du principe de plaisir, non pas comme indice d'un stade de développement infantile ou primitif, voire animal, à opposer au principe d'une réalité objective, mais peut-être comme guide, impliqué dans une relation à soi réflexive, d'un fonctionnement de l'organisme optimal par rapport au contexte présent mais également en tenant compte des possibilités futures.

Bibliographie

ABRAM David, 2013, *Comment la terre s'est tue : Pour une écologie des sens*, Paris : La Découverte

ACHTERBERG Jeanne, 1985, *Imagery in healing: Shamanism and modern medicine*, Boston: Shambhala

AMMAN Ruth, 2000, *Sandplay: immagini che curano e trasformano,* Milan : La biblioteca di vivarium

ASSAGIOLI Roberto, 1965, *Psychosynthesis*, London : Mandala and Psychosynthesis Research Foundation

BAER Gherard et SNELL Wayne W., 1974 « An Ayahuasca Ceremony among the Matsigenka » in Zeitschrift für Ethnologie, vol 99, (1-2) : 63-80

BARTOLI Lise, 2008, *Je me libère par l'hypnose. L'inconscient au service du bien-être*, Paris : Plon

BASTIDE Roger, 1965, « La pensée obscure et confuse » in *Le Monde non chrétien*, no 75-76, Paris

BASTIDE Roger, 2000, *Le prochain et le lointain*, Paris : L'Harmattan

BATESON Gregory, 1975, *Perceval le fou : autobiographie d'un schizophrène, 1830-1832*, Paris : Payot

BATESON Gregory, 1977, *Vers une écologie de l'esprit*, Vol. 1. Paris: Seuil

BATESON Gregory, 1984, *La nature et la pensée*, Le Seuil

BECCHIO Jean, 2011, « Hypnose et sensorialité » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 171-184

BECKER Howard S., 2002, *Les ficelles du métier : comment conduire sa recherche en sciences sociales.* Paris : La Découverte

BENHAIEM Jean-Marc, 2011, « Hypnose de groupe pour troubles du comportement alimentaire » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 256-267

BERGER Peter ,1967, *The sacred canopy*, Garden City, NY: Doubleday

BERGER Peter & LUCKMANN Thomas, 2006, *La construction sociale de la réalité*, Paris : Armand Colin

BIOY Antoine, 2011, « La question du changement en thérapie et en psychothérapie » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 8-55

BIOY Antoine & KELLE P.-H., 2009, « Hypnose clinique et principe d'analogie » in *Fondement d'une pratique psychothérapeutique*, Paris : De Boeck

BLACKMORE Sarah-Jayne *et al*., 2003, « Delusions of alien control in the normal brain » *Neuropsychologia*, 41(8), 1058-1067

BLEULER Eugen, 1951, (1912) « Autistic thinking » in *The Organization and Pathology of Thought*. New York : Colombia UP

BLOCK Ned, 2010, « Attention and mental paint », *Philosophical Issues*, 20 : 23–63

BLUMER Herbert, 1969, *Symbolic Interactionism*, Englewook Cliffs, N.J., Prentice-Hall.

BONVIN Éric, 2003, *Au sujet de l'introuvable objet de la psychiatrie contemporaine*. La Lettre de la Fondation Ling : 25 : 12-15 (Texte accessible en ligne : www.ling.ch)

BONVIN, Éric, 2006, « Pour une initiation propédeutique à la relation thérapeutique : Transmettre l'art de l'influence » in *Psychothérapies,* Vol. 26, 2006, N° 4: 187-196

BONVIN Éric, 2006b, *Réflexion sur l'état des lieux de la question du pluralisme médical* (Texte accessible en ligne : www.ling.ch)

BONVIN Éric, 2009, « Relation thérapeutique et machines communicationnelles » in

Nature et mouvements de la relation humaine, Genève: Médecine & Hygiène : 205–214

BONVIN Éric, 2012, « L'hypnose thérapeutique – un art relationnel jouant de l'attention dans l'intention de soigner » *Swiss Archives of Neurology and Psychiatry*, 2012, 163, (8) : 286-292

BONVIN Éric, 2012b, « La sophrologie remplace-t-elle l'hypnose? » *Soigner par l'hypnose*, Masson: Issy-les-Moulineaux : Elsevier :177–215

BRENTANO Franz. , 1944 (1873), *La Psychologie au point de vue empirique*, Paris: Aubier-Montaigne

BROADBENT Donald E., 1958, *Perception and Communication*, London: Pergamon Press

BROSSEAU Gaston, 2012, *L'hypnose : une réinitialisation de nos cinq sens*, Paris : InterEditions

BROWY Stuart, 2009, *Play*, New York : Avery Press

BUBER Martin, 1996, *Je et Tu* ; Paris : Aubier-Montaigne

BUTLER Jason A., 2014, *Archetypal Psychotherapy : The Clinical Legacy of James Hillman*, London - New York, Routledge

CAHEN Jean-Pierre, 2018, « Sur la pratique de « l'imagination active », *L'analyse des visions : le séminaire de 1930-1934*, Paris : La compagnie du livre rouge : 1395-1399

CAILLE Alain & PRADES Pierre, 2015, "Y croire » Retour sur l' « efficacité symbolique », *Revue du MAUSS*, 46 : 291-318

CAMPICHE Roland, J. 2010, *La religion visible : Pratiques et croyances en Suisse*, Lausanne : Presse polytechniques et universitaires romandes

CANGUILHEM G., 2002, Qu'est-ce que la psychologie? in: *Études d'histoire et de philosophie des sciences*. Paris, Librairie philosophique J. Vrin : 365-381

CANNON Walter B., 1942, "Voodoo death" American Anthropologist, 44(2): 169–181

CATRY Claudine *et al*., 1998, *De l'analyse transactionnelle à l'action transactionnelle,* Paris : ESF

CECCARELLI Paulo et LINDENMEYER Cristina, 2012, « Les avatars de la pensée magique », *Cliniques méditerranéennes*, 85 : 41-49

CELESTIN-LHOPITEAU Isabelle, 2011, « Lâcher le contrôle pour changer » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 16-37

CELESTIN-LHOPITEAU Isabelle, 2011b, « Chamanisme, transe et hypnose » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 105-130

CHALMERS David, 2010, *L'Esprit conscient*, Paris: Ithaque

CHALVERAT Charles, 2011, « De la pratique du guérisseur à celle du thérapeute » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 142-170

CHALVERAT Charles, 2011b, « Importance des dispositifs spatiaux et des jeux scéniques en thérapie : l'exemple du mythodrame » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 205-220

CHAMBON Olivier & HUGELIT Laurent, 2010, *Le chamane et le psy. Un dialogue entre deux mondes*, Paris : Mama

CHAMBON Olivier, 2012, *Psychothérapie et chamanisme*, Paris : Véga

CHEVALIER Jean, 1982 « Introduction » in *Dictionnaire des symboles*, Paris : Robert Laffont/Jupiter

CISEK Paul, KALASKA John F., 2010, « Neural mechanisms for interacting with a world full of action choices » in *Annu Rev Neurosci*, 33, 269-298

CLARKE, Leslie *et al*., 1990, "Religiosity, social class and alcohol use: An application of reference group theory" Sociological Perspectives, 3, 201–218

CLEMENT Fabrice, KOENIG Melissa Koenig, HARRIS Paul, 2004, "The Ontogenesis of Trust" in *Mind and Language*, 19, 4: 360-379

COOLEY Charles E., 1922, *Human Nature and the Social Order*, ed. rev. , New York

CORBIN Henry, 1966, « The visonary dream in Islamic spirituality » in C. Von Crunesbaum and R. Caillois (eds) *The Dream in Humain Societies*, Berkley : University of California Press

CORBIN Henry, 2006 (1958), *L'Imagination créatrice dans le soufisme d'Ibn'Arabi*, Paris : Entrelacs

CROCKER Christopher, 1985, *Vital Souls*, Tucson: Arizona University Press

CYRULNIK Boris, 1997, *L'ensorcellement du monde*, Paris: Odile Jacob

CYRULNIK Boris, 1991, *De la parole comme d'une molécule*. Paris: Eshel

CSIKSZENTMIHALYI Mihali, 1975, "Flowing: A General Model of Intrinsically Rewarding Experiences", *Journal of Humanistic. Psychology* (Page references from unpublished manuscript, 1972, in Turner, 1974)

DAMASIO Antonio, 2003, *Et Spinoza avait raison*. Paris: Odile Jacob

DAMASIO Antonio, 2017, *L'ordre étrange des choses : La vie, les sentiments et la fabrique de la culture*, Paris : Odile Jacob

DE MELLO Anthony, 1984, *Sadhana : A Way to God : Christian Exercise in Easter Form*, New York : Image Books

DENZIN Norman K., 1990, « Harold and Agnes : A feminist Narrative Undoing », *Sociological Theory*, 8/2 :198-285

DERRIDA Jacques, 1997, *De l'hospitalité*, Paris : Calmann-Lévy

DESCOLA Philippe, 2005, *Par-delà nature et culture*, Paris : Gallimard

DE TOCQUEVILLE Alexis, 1981, *De la démocratie en Amérique*, Paris, Flammarion

DEUTSCH J. Anthony, DEUTSCH Diana, 1963, "Attention: Some theoretical considerations", *Psychological Review*, 70: 80–90

DEVREUX Georges, 1980, *Essais d'ethnopsychiatrie générale*, Paris : Gallimard, 1980

DEWEY John, 1990, *Démocratie et éducation*, Paris, Armand Colin et Nouveaux Horizons

DEWEY John, 2010, *Le Public et ses problèmes*, Paris, Gallimard (Folio)

DOUGLAS Claire, 2018, « Introduction de Claire Douglas », *L'analyse des visions : le séminaire de 1930-1934*, Paris : La compagnie du livre rouge : 13-38

DOUGLAS Mary Douglas, 1986, *Comment pensent les institutions*, Paris : La Découverte

DOW James, 1986, "Universal Aspects of Symbolic Healing: A Theoretical Synthesis" *American Anthropologist,* vol 8, 1: 56-69

DURAND Gilbert, 1994, *L'imaginaire, essai sur les sciences et la philosophie de l'image*, Paris : Hatier

DURAND Gilbert, 2000, *Introduction à la mythodologie*, Paris : Albin Michel

DURCKHEIM Karlfried Graf, 1980, *Le Maître intérieur : Le Maître, le Disciple et la Voie*, Paris : Le courrier du Livre

DURCKHEIM Karlfried Graf, 1994, *L'expérience de la transcendance*, Paris : Albin Michel

DUVIGNAUD Jean, 2007 (1977), *Le don du rien*, Paris : Téraèdre

EDELMAN Gérald M., 2000, *Biologie de la conscience*. Paris: Odile Jacob

EDGAR Ian R., 2004, *Guide to Imagework: Imagination-based research methods*, London and New York: Routledge

EDINGER Edward G, 1973 *Ego and archetype : Individuation and the Religious Function of the Psche*, London : Penguin Books

EGNER Thomas *et al*., 2005, « Hypnosis decouples cognitive control form conflict monitoring processes of the frontal lobe », *Neuroimage*, 27(4), 969-978

ELIADE Mircea, 1958, *Le Chamanisme et les techniques archaïques de l'extase,* Paris : Payot

ELIADE Mircea, 1965, *Le sacré et le profane,* Paris : Gallimard

ELIADE Mircea, 1958, *Patterns in Comparative Religion* New-York : Sheed & Ward

ELLENBERGER Henri, 1974, *A la découverte de l'Inconscient, Histoire de la psychiatrie dynamique*, Villeurbane : Simep

ELLISON Christopher C., 1991, « Religious involvement and subjective well being » *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 80–99

ELLISON Christopher & GEORGE Linda K., 1994," Religious involvement, social ties and social support in a southeastern community" *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33(1), 46–61.

EHRENBERG Alain, 2018, *La mécanique des passions : cerveau, comportement, société*, Paris : Odile Jacob.

EHRENBERG Alain, 2012, *La société du malaise*, Paris : Odile Jacob

ERICKSON Milton & ROSSI Ernest, 1979, *Hypnotherapy : An Exploratory Casebook*, New York : Irvington

ERICKSON Milton, 1954 « Pseudo-orientation in times as a hypnotherapeutic procedure » in ROSSI E. (ED.), 1980 *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis – Vol. IV, Innovative Hypnotherapy*, New York : Irvington : 397-423

EVANS Richard I., 1970, *Entretiens avec C.G Jung*, Paris : Payot

EY Henri, 1985, « Conscience » *Encyclopaedia Universalis*. Paris: Encyclopaedia Universalis, 1985 :366–72

FAYMONVILLE Marie Elisabeth, 2008, *Hypnose et conscience. Douleur et Antalgie*. 21: 3–6

FERREUX Marie-Jeanne, 2000, *Le New-Age : Ritualités et mythologies contemporaines*, Paris : L'Harmattan

FLANNELLEY Kevin J. *et al*., 2010, "Beliefs about God, psychiatric symptoms, and evolutionary psychology" *Journal of Religion and Health*, 49(2), 246–261

FLEMONS Douglas G., 1991, *Completing Distinctions. Interweaving the ideas of Gregory Bateson and Taoism into a unique approach to therapy*, Boston/London : Shambala

FLEURY Cynthia, 2005, *Les pathologies de la démocratie*, Paris : Fayard

FODOR Jerry A., 2000, *The Mind Doesn't Work That Way: The Scope and Limits of Computational Psychology*, Cambridge: MIT Press

FRANK, Jerome D., 1961, *Persuasion and Healing*, New York: Schocken Books

FREUD Sigmund, 1959 (1907) « Creatives Writers and Day-Dreaming » in *Standard Edition, IX*, London : Hogarth Press

FREUD Sigmund, 1992 (1949), *Abrégé de psychanalyse*, Paris : PUF

FREY Bruno S. et STUTZER Alois « Happiness, Economy and Institutions », *The Economic journal*, no 110, 2000 : 918-938

FRITH Chris, 2010, *Comment le cerveau crée notre univers mental*, Paris: Odile Jacob

GALILEI Galileo, 1979*, L'Essayeur (Il Saggiatore)*, trad. Christine Chauviré, Paris : les Belles Lettres

GALIN David, 1974, « Implications for psychiatry of left and right specialization », *Archives of General Psychiatry*, 31 : 527-583

GARDNER Gari & OLNESS Karen 1981, *Hypnosis and Hypnotherapy with Children*, New York : Grune & Stratton

GAUCHET Marcel, 1985, *Le désenchantement du monde : une histoire politique de la religion*, Paris : Gallimard

GHASARIAN Christian, 2002, « Santé alternative et New Age à San Francisco » in *Convocations thérapeutiques du sacré*, Paris : Karthala

GHASARIAN Christian, 2006, « Réflexions sur les rapports corps/conscience /esprit(s) dans les représentations et pratiques néo-shamaniques », in *Les médecines en parallèle : multiplicité des recours aux soins en Occident*, Paris : Karthala

GHASARIAN Christian, 2009, « Explorations néo-shamaniques en terra icognita de l'anthropologie », in *La conscience dans tous ses états. Approches anthropologiques et psychiatriques : cultures et thérapies*, Paris : Masson

GHASARIAN Christian, 2010, « Introspections néo-shamaniques au travers du San Pedro » in *Des plantes psychotropes. Initiations, thérapies et quêtes de soi*, Paris : Imago

GHASARIAN Christian, 2014, "Journeys to the Inner Self : Neo-Shamanism and the Search for Authenticity in Contemporary New Age Travel Practice", in *Tourism & the Power of Otherness. Seductions of Difference*, Bristol, Angleterre

GHASARIAN Christian et BAUD Sébastien, 2010, *Des plantes psychotropes. Initiations, thérapies et quêtes de soi*, Paris : Imago

GLASER Barney & STRAUSS Anselm, 1967, *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*, Chicago: Aldine de Gruyter

GLASER Barney, 2001, *The grounded theory perspective: conceptualization contrasted with description*, Mill Valley, Calif. : Sociology Press

GLAUSER Elodie, 2001, *Le symbole comme médiateur : un atelier d'expression symbolique sur le thème du conflit auprès d'adolescents délinquants*, Lausanne : École d'Études Sociales et Pédagogiques

GOFFMAN Erwin, 1981, *Forms of Talk*, Pennsylvanie :University of Pennsylvania Press

GOFFMAN Erwin, 1991, *Les Cadres de l'expérience*. Paris: Les Éditions de Minuit

GOMBRICH Ernst, 1960, *Art and Illusion, Princeton*, Princeton University Press

GORTON Bernard E, 1949, « The physiology of hypnosis », *Psychiatry Quartelery*, 23 : 317–43

GUENANCIA Pierre, 2006, *La critique de la critique de l'imagination chez Descartes*, Paris : La Sorbonne

GYATSO Teysin, DLXT, 2000, *Le pouvoir de l'esprit. Entretiens avec des scientifiques: Smith Churchland P, Damasio AR, Hobson JA, Judd LL, Squire LR*. Paris: Fayard

HABERMAS Jürgen, 1987, *Théorie de l'agir communicationnel*, Paris : Fayard

HALL Daniel E., 2006, « Religious attendance: More cost-effective than Lipitor?" *Journal of the American Board of Family Medicine*, 19, 130–139

HANNAH Barbara, 1990 (1981), *Rencontres avec l'âme : l'imagination active selon C. G. Jung*, Paris : Edition Jacqueline Renard

HAPPOLD Frederick Crossfield, 1963, *Mysticism*, Middlesex : Penguin

HARARI Yuval Noah, 2015, *Sapiens : Une brève histoire de l'humanité*, Paris : Albin Michel

HARE-MUSTIN Rachel, 1994, Discourses in the mirrored room : a post- modern analysis of therapy, *Familiy Process*, 33/1:19-15

HARNER Michael, 2014, *Caverne et Cosmos : rencontres chamaniques avec une autre réalité*, Paris : Mama Éditions

HARTMANN Franz, 1915, *Paracelsus ; Life and Prophecies*, London : Willian Rider & Son

HASENFRATZ Hans-Peter, 1982, *Die toten Lebenden. Eine religions-phänomenologische Studie zum sozialen Tod in archischent Gesellschaften*, Leyde : Brill

HAULE John Ryan, 1990, *Pilgrimage of the Heart: The Path of Romantic Love*, Shambhala

HELLER Steeven & STEEL Terry-Lee, 1986, *There's No Such Thing as Hypnosis*, Phoenix : Falcon Press

HENRY James Paget & STEPHENS Patricia, 1977, *Stress, Health, and the Social Environment : A sociobiological Approach to Medicine*, New York : Springer-Verlag

HERINK Richie, 1980, *The psychotherapy handbook : The A to Z guide to more than 250 different therapies in use today*, New York, Amendian Books

HILGARD Ernst, 1977, *Divided Consciousness : Multiple Controls in Human Thought and Action*, New York : Wiley & Sons

HILGARD Josephine Rohrs, 1970, *Personality and Hypnosis : A Study of Imaginative Involvement*, Chicago : University of Chicago Press

HILLMAN James, 1975, *Re-visioning Psychology*, New-York : Harper Colophon Books

HILLMAN James, 1982 (1971), *Le polythéisme de l'âme*, Paris : Mercure de France-Le Mail

HILLMAN James, 2005 (1983), *La fiction qui soigne*, Paris : Éditions Payot & Rivages

HILLMAN James, 2006 (1972), *Le mythe de la psychanalyse*, Paris : Payot & Rivages

HILLMAN James, 2008 (1979), *La Trahison et autres essais*, Paris : Payot et Rivage

HILLMAN James, VENTURA Michael, 1992, *We've Had a Hundred Years of Psychotherapy (and the World's Getting Worse),* New York : Harper Collins

HILLMAN James et Charles BOER, 1985, *La Cuisine de Freud*, Paris : Payot

HOUSEMAN Michael, 2003, « Vers un modèle anthropologique de la pratique psychothérapeutique » *Thérapie familiale*, 3, Vol. 24 :289-312

HOUSEMAN Michael, 2012, *Le Rouge EsT le Noir : Essais sur le rituel*, Toulouse : Presses Universitaires

HOUSEMAN Michael, MAZZELLA DI BOSCO Marie et THIBAULT Emmanuel, 2016, « Renaitre à soi-même : Pratiques de danses rituelles en Occident contemporain », *Terrain* (en ligne) mis en ligne le 15 déc. 2016 : 62-85

HOUSEMAN Michael & SEVERI Carlo, 1994, *Naven ou le donné à voir : Essai d'interprétation de l'action rituelle*, Paris : Édition de la Maison des Sciences de l'Homme

HUMMER, Robert A., *et al*.,1999, « Religious involvement and US adult mortality » *Demography*, 36(2), 273–285.

HUSSERL Edmund, 1999, *Erfahrung und Urteil,* Hamburg: Felix Meiner Verlag

HUSSERL Edmund, 1991, *Recherches pour la phénoménologie et la théorie de la connaissance*, Paris: Presses Universitaires de France

INTROVIGNE Massimo, 2005, *Le New-Age, des origines à nos jours : courants, mouvements, personnalités*, Paris : Devry

JAOUI Gysa, 1979, *Le triple moi : l'analyse transactionnelle*, Paris : Robert Laffont

JAMES Williams, 1890, *The principle of psychology*, New York: Holt

JAMES Williams, 2007, *Philosophie de l'expérience*, Paris: Les empêcheurs de penser en rond/Le Seuil

JODOROWSKY Alejandro, 1995, *Le théâtre de la guérison*, Paris : Albin Michel

JODOROWSKY Alejandro, 1997, *La sagesse des contes*, Paris : Albin Michel

JODOROWSKY Alejandro, 2002, *La danse de la réalité*, Paris : Albin Michel

KITARO Nishida, 1997, *L'expérience pure. La réalité. Essai sur le bien – chapitres I & II*. Paris: Osiris

KOENIG Harold, & COHEN Harvey J., 2002, *The link between religion and health,* New York, NY: Oxford University Press

KOENIG Harold *et al*., 1988, *Religion, health and aging*. Westport CT: Greenwood Press.

JUNG Carl Gustav, 1956 (1911-12), *Symbols of Transformation, Parts I and II, Vol I. The Collected Wordks of Carl G. Jung*, Bollingen, Series XX, Princeton N. J. : Princeton University Press

JUNG Carl Gustav, 1958, *Psyche and symbols*, New York : Doubleday

JUNG Carl Gustav, 1964, *Man and his Symbols*, Mladinska Knjiga Ljubljana

JUNG Carl Gustav, 1964, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Paris : Gallimard

JUNG Carl Gustav, 1973 (1961), *Ma vie : Souvenirs, rêves et pensées*, Paris : Gallimard

JUNG Carl Gustav, 1979, *Commentaire sur le Mystère de la Fleur d'Or*, Paris : Albin Michel

JUNG Carl Gustav, 1988, *Essai d'exploration de l'inconscient*, Paris : Folio

JUNG Carl Gustav, 2002, *L'homme et ses symboles*, Paris : Robert Laffont

JUNG Carl Gustav, 2009, *Le Livre Rouge*, Paris : Payot

JUNG Carl Gustav, 2009, *Réponse à Job*, Paris : Buchet-Chastel

JUNG Carl Gustav, 2018, *L'analyse des visions : le séminaire de 1930-1934*, Paris : La compagnie du livre rouge

JUNG Carl Gustav et KERENYI Karoli, 2016, *Introduction à l'essence de la mythologie,* Paris : Payot

KANT Emmanuel, 1781, *Critique de la raison pure*, Paris : PUF

KARASU Byram T., 1986, « The specific versus non specific dilemna : Toward identifying therapeutic change agents », Amer. J. *Psychiat.*, 143 : 687-695

KAROLIS Vyacheslav R. *et al*., 2019, "The architecture of functional lateralisation and its relationship to callosal connectivity in the human brain" in *Nature Communications* ((2019)10:1417 | https://doi.org/10.1038/s41467-019-09344-1 | www.nature.com/naturecommunications)

KOENIG Harold, & COHEN Harvey J., 2002, *The link between religion and health*, New York: Oxford University Press.

KUHN Thomas, 1970, *The Structure of Scientific Revolutions*, Chicago : University of Chicago

LABONTE Marie-Lise et BORNEMISZA Nicolas, 2006, *Se guérir grâce à ses images intérieures*, Albin Michel

LACHAUX Jean-Philippe, 2011, « Le cerveau attentif. Contrôle, maîtrise et lâcher prise », *Sciences,* Paris: Odile Jacob

LAFONTAINE Céline, 2004, *L'empire cybernétique. Des machines à penser à la pensée machine,* Paris: Seuil

LAKOFF George and JOHNSON Mark, 1999, *Philosophy in the Flesh: The embodied Mind and its challenge to western thought*, New York : Basic Books

LAKOFF George and JOHNSON Mark, 1980, *Metaphor we live by*, Chicago : University of Chicago Press

LAMB Susan Pierce, 1980, *Hemispheric specialization and storytelling : Implications and applications for longstanding problems*, Thèse de Master, Los Angeles : Université de Californie

LAMBERT Michael J., 1998, « La recherche sur les résultats » in *Psychothérapie intégrative*, Paris, Desclée de Brouwer :105-140

LAPLANTINE François, 1994, « Le merveilleux, l'imaginaire en liberté » in *Lieux et non-lieux de l'imaginaire* : 68-79

LAPLANTINE François, 2003, Penser anthropologiquement la religion in *Anthropologie et société*, vol. 27 no 1, p. 11-33

LAPLANTINE François, 2005, *Le social et le sensible : introduction à une anthropologie modale*, Paris : Téraèdre

LATOUR Bruno, 1991, *Nous n'avons jamais été modernes*, Paris : La Découverte

LATOUR Bruno, 2005, *Changer la société, refaire de la sociologie*, Paris : La Découverte.

LATOUR Bruno, 2009, *Sur le culte moderne des dieux faitiches suivi de Inconoclash*, Paris : les empêcheurs de tourner en rond.

LAUWEREYNS Jan L., 2010, *The Anatomy of Bias. How neural circuits weigh the Options*, Cambridge : MIT Press

LEACH Edmund Ronald 1976, *Culture and Communication; The Logic by which Symbols are Connected*, Cambridge: Cambridge University Press.

LEBRETON David, 1991, « Corps et anthropologie : de l'efficacité symbolique » *Diogène,* 153, Paris : Gallimard, p.92-107

LEBRUN Jean-Pierre, 1997, *Un monde sans limite. Essai pour une clinique psychanalytique du lien socia*l, Toulouse : Erès

LEBRUN Jean-Pierre, 2005, *Les désarrois du nouveau sujet*, Paris : Payot

LEFORT Claude, 1986, Essai sur le politique (XIXe et XXe siècles), Paris : Seuil

LELOUP Jean-Yves, 1993, *Prendre soin de l'être*, Paris : Albin Michel

LENGLET Marc, 2010, « Bruno Latour, Sur le culte des dieux faitiches. Suivi de Iconoclash », *Lectures, Les comptes rendus*, (http://journals.openedition.org/lectures/896, consulté le 23 mai 2020)

LEROY Eugène-Bernard, 1933, *Les visions du demi-sommeil*. Paris: Alcan

LESSING Gotthold Ephraim, 1990 (1766), *Laokoon, oder Uber die Grenze der Malerai une Poesie* (1766), Stuttgart, Reclam, 1986; trad. Fr. *Du Laocoon, ou des limites respectives de la poésie et de la peinture*, Paris : Herman

LEVY-BRUHL Lucien, 1910, *Les fonctions mentales dans les sociétés inférieures,* Paris : PUF

LEVI STRAUSS Claude, 1949, « L'efficacité symbolique », *Revue des religions*, tome 135, 1 : 5-27

LÉVI-STRAUSS Claude, 1958, *Anthropologie structurale*, Plon, Paris

LEVI STRAUSS Claude, 1962, *La pensée sauvage,* Paris : Plon

LEVI STRAUSS Claude, 1973, *Anthropologie structurale II*, Paris : Plon

LOCKE John, 2006 (1689), *Lettres sur la tolérance*, Paris : PUF

LUHRMANN Tanya Marie, 2013, "Making God real and making God good: Some mechanisms through which prayer may contribute to healing" *Transcultural Psychiatry,* 50: 707

LUHRMANN Tania M., NUSSBAUM Howard, & THISTED Ronald, 2013, "Lord, teach us to pray: Some cognitive effects of prayer practice" *Culture and Cognition and Culture*, 13: 159–177

LUHRMANN Tania M. & MORGAIN Rachel, 2012, "Prayer as inner sense cultivation: An attentional learning theory of spiritual experience" *Ethos*, 40 (4): 359–389

LUHRMANN Tania M., NUSBAUM Howard & THISTED Ronald 2010, "The absorption hypothesis" *American Anthropologist*, 112(1): 66–78

LURIA Aleksandr, 1973, *The Working Brain*, New York : Basic Books

MACGEOWN William Jonathan *et al.,* 2009, « Hypnotic induction decrease anterior default modeactivity », Conscious cogn., 18(4), 848-55

MARCUSE Herbert, 1963, *Eros et civilisation*, Paris : Les Éditions de Minuit

MARTUCCELLI Danilo, 2006, « Avant-propos » in *La construction sociale de la réalité*, Paris : Armand Colin

MAURY A. 1848, *Des hallucinations hypnagogiques, ou des erreurs de sens dans l'état intermédiaire entre la veille et le sommeil*, Paris: L. Martinet

MAUSS Marcel et HUBERT Henri, 1959, « Esquisse d'une théorie générale de la magie », in *Sociologie et Anthropologie*, Paris : PUF

MAVROMATIS Andreas, 1987, *Hypnagogia: the unique state of consciousness between wakefulness and sleep*, London: Routledge & Kegan Paul

MCCLELLAND James L., RUMELHART David, 1986, *Parallel distributed processing : Explorations in the microstructure of cognition*, vol. II, Cambridge, MA

MCGILCHRIST Iain, 2012, *The Master and his Emissary : The Divided Brain and the Making of the Western World*, New Haven and London : Yale University Press

MEAD George Herbert, 1934, *L'esprit, le soi et la société*, Paris : PUF

MERCHIOR Thierry,1998, *Créer le réel : hypnose et thérapie*, Paris : Le Seuil

MERLEAU-PONTY Maurice, 1979 (1964), *Le visible et l'invisible*, Paris : Gallimard

MIDOL Nancy, BAUD Sébastien, 2009, *La conscience dans tous ses états. Approches anthropologiques et psychiatriques: cultures et thérapies*, Paris: Masson

MIDOL Nancy, 2006, « Transe, entre dissociation et connexion », *Hypnose et dissociation psychique*, Paris: Imago : 367–377

MIDOL Nancy, 2010, *Écologie des transes*, Paris : Téraèdre

MIDOL Nancy, 2016, *De la psychanalyse aux thérapies quantiques : Imaginations et consciences en expansion*, Paris, L'Harmattan

MIHAILESCU Vintila, 1998, « Pensée conceptuelle et pensée symbolique, une approche anthropologique de la catégorisation », *Annuaire de la société d'anthropologie culturelle de Roumanie* : 9-38

MILLS Joyce C. & CROWLEY Richard J., 2013, *Métaphores thérapeutiques pour les enfants et l'enfant intérieur*, Bruxelles : Satas

MOERMAN, Daniel E., 1979, "Anthropology of Symbolic Healing" *Current Anthropology* 20 (1): 59-66

MOERMAN, Daniel E., 1983 Physiology and Symbols: The Anthropological Implications of the Placebo Effect. In *The Anthropology of Medicine: From Culture to Method*, New York: Praeger: 156-167

MOISSEEFF Marika, 2010, « Au cœur du système hiérarchique occidental, l'évolution biologique » in *La cohérence des sociétés*. Mélanges en hommage à Daniel de Coppet. Paris : Edition de la Maison des sciences de l'Homme : 341-368

MONDZAIN Marie-José (douze voix rassemblées par) (2003), *Voir ensemble. Autour de Jean-François Desanti*, Paris : Gallimard

MONTANGERO Jacques, 1990, *Rêve et Cognition*, Sprimont : Pierre Mardaga

MOORE Robert L. & REYNOLDS Frank E., 1984, *Anthropology and the Study of Religion*, Chicago : Center for the Scientific Study of Religion

MOUSTAKAS Clark, 1994, *Phenomenological Research Methods*, Thousand Oaks, London New Dehli : Sage Publications

MULLER Alain, 2010, *Worldwide United : Construire le monde du Hardcore*, Neuchâtel : Institut d'ethnologie

MULLER Alain, 2010, *« Altérités et affinités ethnographiques : réflexions autour du proche, du lointain, du dedans et du dehors » in SociologieS [En ligne], La recherche en actes, Rationalités, référentiels et cadres idéologiques*, mis en ligne le 23 février 2015, consulté le 11 avril 2018.

NARBY Jeremy, 2017, *Intelligence dans la nature : En quête du savoir*, Paris : Libella

NATHAN Tobie, 1980, « Psychanalyse et chamanisme » in *Cahier no2*, VER, Bobigny, p.23

NATHAN Tobie, 1998, Quel avenir pour la psychothérapie ? *Quel avenir pour la psychiatrie et la psychothérapie?* Paris : Les empêcheurs de penser en rond : 37-73.

NATHAN Tobie, 2001, *Nous ne sommes pas seuls au monde*, Paris : Les empêcheurs de penser en rond

NATHAN Tobie, 2011, *La nouvelle interprétation des rêves*, Paris : Odile Jacob

NATHAN Tobie et STENGERS Isabelle, 2012 (1995), *Médecins et sorciers*, Paris : La découverte

NATHAN Tobie et ZAJDE Nathalie, 2012, *Psychothérapie démocratique*, Paris : Odile Jacob

NOSCHIS Kaj & DE CAPRONA Denys, 1987, « Postface » in *Le chercheur et le quotidien : phénoménologie des sciences sociales*, Paris : Méridiens Klincksieck : 237-276

OAKLEY David A. & HALLIGAN Peter W. 2009, « Hypnotic suggestion and Cognitive Neuroscience » *Trends in Cognitive Sciences*, 13(6) : 264-270

OLNESS Karen, 1978, *Little people, images, and child health*, Presidential address, Mineapolis : Northwesterne Pediatric Society

ORNSTEIN Peter R., 1978, « The split of the whole brain », *Humain Nature* 1, (5): 76-83

OSTERMANN Gérard, 2011, « Psy CO thérapie » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 5-101

OVERTON James A., 1998, "Shamanism and clinical hypnosis: A Brief Comparative Analysis" in *Shaman Journal of the International Society for Shamanic Research* 6/2: 151-170

PENA-RUIZ Henri, 1998, *La Laïcité*, Paris : Flammarion

PLESSNER Helmut, 2003, « Mit anderen Augen » in *Condition humana* (Gesammelter Schriften, tome 8) Francfort : Suhrkamp : 88-104

POSNER Michael I. et ROTHBART Mary K., 1998, « Attention, self-regulation and consciousness », *Biological Sciences* 353 (1377) : 1915-1927

PUTNAM Hillary, 1975, « Mind, language and reality », *Philosophical papers*. Vol. 2. Cambridge: Cambridge University Press

PUTNAM Hillary, 1984, *Raison, Vérité et Histoire*, Paris: Éditions de Minuit

RAINVILLE Pierre, 2005, « Neurophénoménologie des états et des contenus de conscience dans l'hypnose et l'analgésie hypnotique », in BENHEIM, J-M, in L'hypnose aujourd'hui, Paris, in Press : 49-64

RAINVILLE Pierre, 2011, « Traduire les changements psychothérapeutiques en termes neuropsychologiques » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 56-74

RAINVILLE Pierre, *et al.,* 1999, « Cerebral mechanisms of hypnotic induction and suggestion ». *J Cogn Neurosci*., 11 (1) : 110–25.

RAINVILLE Pierre *et al*., 2002, « Hypnosis modulates activity in brain structures involved in the regulation of cunsciousness », *J Cogn Neurosci*, 14 (6): 887-901

RAZ Amir *et al*., 2005, « Hypnotic suggestion reduces conflict in the human brain » *Proc Natl Acad Sci U S A*., 102(28): 9978–83

RAZ Amir, BUHLE Jason, 2006, « Typologies of attentional networks » in *Nat Rev Neurosci*. 7(5):367–79

RICHARDET Elodie, 2020, « Redéfinir nos rapports au monde pour faire de l'écologie politique » in *Revue Etopia : L'écologie politique pour inventer le XXIe siècle*, 15 : 57-69

ROBLES Teresa, 2007, *La magie de nos masques : théorie et pratique*, Bruxelles : Satas

ROBLES Teresa, 2009, *Concerto pour quatre hémisphères*, Bruxelles : Satas

ROGERS Linda, *et al*., 1977, « Hemispheric specialization of language ; A EEG study of bi-lingual Hopi Indian children » *International Journal of Neuroscience*, 8 :1-6

ROHEIM Géza, 1972 *Origine et Fonction de la culture*, Paris : Gallimard

ROHL Tobias, 2015, « Die Objektivierung des Dinge. Wissenpraktiken im mathematisch-naturwissenschaftlichen Schulunterricht » *Zeitschrift fût Soziologie*, 44 : 162-179

ROSA Hartmut, 1998, « Die Sprache als Selbstschöpfung und Welterschliessung. Bausteine einer expressiv-konstitutiven Sprachterorie bein Chalrels Taylor » in Christoph Asmuth *et al*. (dir.), *Die Grenzen der Sprache. Sprachimmanenz, Sprachtranszendenz*, Grüner, Amsterdam : 224-248

ROSA Hartmut, 2012, *Aliénation et accélération : Vers une théorie critique de la modernité tardive*, Paris : La Découverte

ROSA Hartmut, 2012b, *Weltbeziehungen im Zeitalter des Beschleunigung*, Berlin : Suhrkamp Verlag

ROSA Hartmut, 2018, *Résonance : une sociologie de la relation au monde*, Paris : La Découverte

ROSSI Ernest, 1985 (1972), *Dreams and the Growth of Personality*, New York : Brunner/Mazel

ROUSTANG François, 1977, *Un destin si funeste*, Paris : Edition de Minuit

ROUSTANG François, 1980, « Hypnose et psychanalyse », in *Critique*, nº 403

ROUSTANG François, 1985, « Une philosophie pour la psychanalyse? », in *Critique*

ROUSTANG François, 1986, *Lacan, de l'équivoque à l'impasse,* Paris : Edition de Minuit

ROUSTANG François, 1990, *Influence*, Paris: Les éditions de Minuit

ROUSTANG François, 2000, *La fin de la plainte*. Paris: Éditions Odile Jacob

ROUSTANG François, 2001, Non specific therapeutic factor, in: Duruz N. *Traité de psychothérapie comparée.* Genève : Médecine et Hygiène : 405-413

ROUSTANG François 2003 (1994) *Qu'est-ce que l'hypnose ?* Paris : Les éditions de Minuit

ROUSTANG François, 2005, « Introduction », *Hegel: Le magnétisme animal*. Paris : PUF

ROUSTANG François, 2008, *Savoir attendre pour que la vie change*, Paris : Odile Jacob

SALEM Gérard, 2006, *Le combat thérapeutique*. Paris, Armand Colin

SALEM Gérard, 2012, « Les techniques hypnotiques », in *Soigner par l'hypnose*, Masson: Issy-les-Moulineaux: Elsevier : 43–54

SANGUINETI Vincenso R., 2006, *The Rosetta Stone of the human mind. Three languages to integrate neurobiology and psychology*, New York: Springer

SCHAFER Roy, 1968*, Aspects of internalization*, Madison, CT, US: International Universities Press

SCHMIDT Mary « Crazy Wisdom : The Shaman as Mediator of Realities » in *Shamanism :* 62-75

SCHMITT Richard, 1968, « Husserl's transcendental-phenomenological reduction », *Phenomenology,* Gardent City, NY : Doubleday : 58-68

SCHNECHER Richard, 1988, "Victor Turner's Last Adventure", in *The Anthropoloy of Performance*, New-York: PAJ Publication: 2-29

SCHNEIDER Michel, 2002, *Big Mother. Psychopathologie de la vie politique*, Paris : Odile Jacob

SCHUTZ Alfred, 1950 *Lauguage, Language Disturbances and the Texture of Consciencious*, vol 17 (3) : 365-394

SCHUTZ Alfred, 1987, *Le chercheur et le quotidien : Phénoménologie des sciences sociales*, Paris : Méridiens-Klincksieck

SEVERI Carlo, 1983, « Nia, Ikala, los pubelos des camino de la locura. Texto kuna y traduccion espanola » (avec E. Gomez), *Amerindia, revue d'ethnolinguistique amérindienne*, 8 : 129-179

SEVERI Carlo, 2007, *Le principe de la chimère : une anthropologie de la mémoire*, Paris : Edition Rive et Ulm

SEVERI Carlo, 2017, *L'objet-personne : une anthropologie de la croyance visuelle,* Paris : Edition Rive et Ulm

SHARP Shane, 2010, « How does prayer help manage emotions? » *Social Psychology Quarterly*, 73(4), 417–437.

SHELEEN Laura, 1985, « Vécu présents et sa représentation » in *Thérapie Psychomotrice*, 68, Paris

SHELEEN Laura, 1986, *Théâtre pour devenir autre*, Paris : EPI

SIGNORELLI Virna, 2011, « De l'hypnose à l'apprentissage de l'autohypnose, vers un art de vivre en mouvement » in *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute ; des médecines naturelles aux neurosciences*, Paris : Dunod : 221-240

SIMMEL Georg, 1910, « Note on the Problem ; How is Society possible ? », *Am Journ. of Sociol*., vol. 16 : 372-391

SIMMEL Georges, 1990, *Philosophie de la modernité*, Paris : Payot

SMITH Michael, 2007, *Jung and Shamanism : in dialogue*, (second edition) New York : Paulist Press

SPITZER Manfred, 2013, « Soziale Schmerzen. Warum sie auch weh tun und was daraus folgt », in *Das (un)soziale Gehirn. Wie wir imitieren, kommunizieren une korrumpieren*, Stuttgart : Schattauer

STEIN J. Dan, 1997, *Cognitive Science and the Unconscious*, Washington DC, London: American Psychiatric Press

STERZER Philipp *et al*., 2009, « The neural bases of multistable perception », Trends Cogn Sci, 13(7) : 310-318

STEVENS Anthony, 1982, *Archetypes: A Natural History of the Self*, New York: Quill

STOLZ Jörg, *et al*., 2015, *Religion et spiritualité à l'ère de l'ego*, Genève : Labor et Fides

STRAUSS Anselm, 1987, *Qualitative Analysis for Social Scientist*, Cambridge: Cambridge University Press

SUTTON-SMITH, Brian, 1972, "Games of Order and Disorder." Paper presented to Symposium on "Forms of Symbolic Inversion." American Anthropological Association, Toronto, December 1

SZAKOLCZAI Arpad, 2000, *Reflective Historical Sociology*, London: Routledge

SZECHTMAN Henry, 1998, « Where the imaginal appears real : a position emission tomography study of auditory hallucinations », *PNAS*, USA, 95(4) : 1956-60

TACEY David, 1998, ″Twisting and Turning with James Hillman″ in *Post-Jungians Today: Key Papers in Contemporary Analytical Psychology*, London - New York, Routlegde

TACUSSEL Patrick, 1984, *L'Attraction sociale, le dynamisme de l'imaginaire dans la société monocéphale*, Méridiens

TAMBIEAH J. Stanley, 1984, *Culture, thought and Social Action. An anthropological perspective*, Cambridge (Mass): Harvard University

TAYLOR Charles, 1985, *Human Agency and Language, Philsophical Papers 1*, Cambridge : Cambridge University Press

TEDLOCK Barabara, 1987, "Dreaming and dream research" in *Anthropological and Psychological Interpretations*, Cambridge: Cambridge University Press

TEDLOCK Dennis, 1983, *The spoken Word and the Word of Interpretation*, Philadelphia: University of Pennsylvania Press

TELLEGEN Ana & ATKINSON Greg, 1974, “Openness to absorption and self altering experiences (“absorption”), a trait related to hypnotic susceptibility” *Journal of Abnormal Psychology*, 83, 268–277

THOMASSEN Bjorn, 2014, *Liminality and the Modern : Living Through the In-Between*, Dorchester : Ashgate

TODOROV Tzvetan, 1977, *Théorie du symbole*, Paris : Éditions du Seuil

TOUZE Jacques, 1994, *Le cerveau et l’inconscient. Essai sur la formation du système symbolique primaire*. Lyon : Césura Edition

TULKU Lama, 1999, « Lucid dreaming : exerting the creativity of the unconscious » in *The Psychology of Awakening*, London : Rider

TURNER Victor, 1967, *The Forest of Symbols. Aspects of Ndembu Ritual*, Ithaca, Cornell University Press

TURNER Victor, 1969, *The Ritual Process: Structure and Antistructure*, Chicago: Aldine

TURNER Victor, 1974, "Liminal to Liminoid, in Play, Flow, and Ritual: An Essay in Comparative Symbology" *Rice Institute Pamphlet - Rice University Studies*, 60, no. 3: 53-92

TURNER, Victor, 1988, *The Anthropology of Performance*, PAJ Publications: New York

TURNER Victor, 1990, *Le Phénomène rituel. Structure et contre structure*, Paris, P.U.F.

VAN GENNEP, Arnold, 1909, *Les rites de passage : étude systématique des rites de la porte et du seuil*…, Paris : E. Nourry

VAN GENNEP Arnold, 1960 (1909) *The Rites of Passage* London: Routledge and Kegan Paul

VARELA Francisco et DEPRAZ Nathalie, 2001, « Imagining : Embodiment, phenomenology and transformation » in *Breaking the ground, Essays on Tibetan Buddhism and the Natural Sciences*, Columbia U.P.

VISCHER Robert, 1994 (1873) « on the optical sens of form: a contribution to aesthetics” in *Empathy, Form and Space Problems in German Aesthetics, 1873-1893* Los Angeles, Gelly Research Institute Publication: 89-124

VIVEIROS DE CASTRO Eduardo, 1991, “Spirits of being, spirits of becoming: Borora shamanism as ontological theatre” *Review in Anthropology*, 16: 72-92

VOGEL Pierre, 2010, *Reconquête de l'imaginaire : la néo-sorcellerie en Suisse romande*, Fribourg : Université de Fribourg

VON FRANZ Marie-Louise, 1964, Le processus d’individuation » in L’homme et ses symboles, Paris : Laffont

WALLER David, *et al*., 2012, « A Century of Imagery Research : Reflections on Cheves Perky’s Contribution to Our Understanding of Mental Imagery » in *The American Journal of Psychology*, vol 125, No. 3 (Fal 2012) : 291-305

WARBURG Aby, 2003, *Le rituel du serpent. Art et anthropologie*, Paris : Macula

WATKINS Mary, 1986, *Invisible guest : the development of imaginal dialogues,* Hillsdale, NJ, US : Analytic Press

WATZLAWICK Paul, 1978, *The Language of Change : Elements of Therapeutic Communication*, New York : Basic Books

WENGER Denise, 2008, *Les hypnotistes en blouse blanche : Regard anthropologique sur l’hypnose pratiquée par des médecins en Suisse romande*, Neuchâtel : Institut d’ethnologie

WINNICOTT Donald W., 1971, Playing and reality, London, UK: Tavistock

WINNICOTT Donald, 1975, *Jeu et réalité : l’espace potentiel*, Paris : Gallimard

WINKELMAN Michael, 2000, *Shamanism: The neural Ecology of Consciousness and Healing*, Westport, Connecticut – London: Bergin & Garvey

WOODS Teresa E. *et al*., 1999, « Religiosity is associated with affective and immune status in symptomatic hiv-infected gay men » in *Journal of Psychosomatic Research*, vol. 46 (2) : 165-176

WOLFF Kurth, 1950, *The Sociology of Georg Simmel*, Glencoe : The Free Press

YESHE Lama Thubte, 1987, *Introduction to Tantra*, Boston, MA : Wisdom Publications

Annexe : Retranscription des entretiens

Pour la retranscription anonymisée du premier et troisième entretien avec chaque praticien.ne, voir vol. II