

Extrait de : Meyer, C., Borch-Jacobsen, M., Cottraux, J., Pleux, D., Van Rillaer, J. *et al.*, *Le livre noir de la psychanalyse*. Paris : Les Arènes, 2005, p. 216-233 ; 2010, p. 223-240

La mythologie de la thérapie en profondeur

Jacques Van Rillaer

« Mon article sur la psychanalyse a été bien accueilli. Je crois bon de prendre de la hauteur scientifique et d'enrober le tout de mots tels que "profond", "à fond", "pénétrant" ! »

Ernest Jones à Sigmund Freud ¹

« La séduction des idées de Freud est exactement celle qu'exerce la mythologie »

Ludwig Wittgenstein ²

La psychanalyse est souvent présentée comme la plus sérieuse et la plus efficace des psychothérapies. Parce qu'elle recherche les causes cachées et les origines des troubles, elle aurait une supériorité de fait sur les autres approches. C'est bien connu, ce qui est profond accède à un statut de dignité et de suprématie sans égal : plus des fondations sont « profondes » plus l'édifice est solide, plus un amour est « profond » plus il s'avère fort et durable, plus un mystère est « profond » plus il nous intrigue, plus une blessure est « profonde » plus elle est douloureuse.

217

À partir de 1913, Freud a utilisé l'expression « psychologie profonde » (*Tiefenpsychologie*) comme synonyme de psychanalyse³. La notion de profondeur lui a servi à définir, d'une part, l'objet d'étude de la psychanalyse et, d'autre part, sa démarche thérapeutique. Faire de la psychanalyse, c'est descendre dans les profondeurs de l'âme.

La psychologie des profondeurs

L'inconscient n'a pas été découvert par Freud

Contrairement à ce que croit le grand public, l'Inconscient n'a pas été découvert par Freud. En 1890, alors qu'on ne parlait pas encore de psychanalyse⁴, William James, dans son monumental traité de psychologie (1400 pages), examinait la façon dont Schopenhauer, von Hartmann, Janet, Binet et d'autres avaient utilisé les termes « inconscient » et « subconscient ». Lui-même avait beaucoup écrit sur la transformation de conduites conscientes en habitudes inconscientes. Il admettait tout à fait l'existence de processus inconscients, mais dénonçait déjà les explications passe-partout par l'Inconscient. Il écrivait :

1. Lettre du 14.2.1910, dans S. Freud & E. Jones, *Correspondance complète*, PUF, p. 94.

2. *Freud. Jugements et témoignages*. Textes présentés par R. Jaccard. Paris, PUF, 1976, p. 266.

3. *Das Interesse an der Psychoanalyse* (1913), rééd. dans *Gesammelte Werke*, Fischer, VIII, p. 398.

4. Le mot « psychanalyse » a été utilisé pour la première fois par Freud dans un article de 1896. Les premiers (petits) articles de Freud qui ont un contenu psychologique datent de 1888.

« La distinction entre les états inconscients et conscients du psychisme est le moyen souverain pour croire tout ce que l'on veut en psychologie »⁵. Cette mise en garde reste, hélas, toujours d'actualité.

Le mot « inconscient » est utilisé depuis plus de deux cent cinquante ans, mais l'affirmation de l'existence de processus non conscients se trouve déjà chez des philosophes et des mystiques de l'Antiquité⁶. La notion d'inconscient a pris un tournant décisif avec Leibniz et s'est développée aux XVIII^e et XIX^e siècles. Vers 1880, elle était banale pour beaucoup de philosophes, pour des psychiatres — comme Benedikt à Vienne, Bernheim ou Charcot en France — et pour les premiers psychologues scientifiques. Le grand livre (678 pages) d'Eduard von Hartmann, *Philosophie de l'Inconscient*, paru en 1869, traduit en français en 1877 et en anglais en 1884, « est universellement lu à la fin du XIX^e siècle ».⁷

218

Un facteur historique essentiel de la conceptualisation d'une opposition entre le conscient et l'inconscient est sans doute le développement de la conscience de soi, qui s'est opéré depuis la Renaissance. Vers 1600, les Européens sont devenus de plus en plus conscients d'eux-mêmes en tant que personnes. Ils ont toutefois dû reconnaître que le moi, qui s'affirme, qui s'observe et s'analyse, n'est pas souverain : le moi n'est pas autonome. La prise de conscience du moi va de pair avec la reconnaissance de processus mentaux qui le dépassent : des « passions » — qui parfois le dominant —, des souvenirs et des pensées — qui l'orientent à son insu.

À partir du XVII^e siècle, des philosophes et des moralistes⁸ ont développé des grilles d'interprétation des motivations cachées ou inconscientes. Un des pionniers de ce courant est La Rochefoucauld. Son célèbre recueil de *Maximes* s'ouvre sur cette pensée : « Nos vertus ne sont le plus souvent que des vices déguisés ». Le thème central de son œuvre est le dévoilement des calculs égocentriques de l'ensemble des conduites humaines. Arthur Schopenhauer, Karl Marx et Friedrich Nietzsche, ont aussi, chacun à leur manière, cru mettre au jour un mécanisme fondamental qui rendrait compte d'une infinité de conduites humaines, voire de toute action. Pour Schopenhauer, la pulsion sexuelle forme l'essence de l'être humain et sa satisfaction est le but ultime de tous les efforts des hommes⁹. Pour Nietzsche, la volonté de puissance est la motivation ultime d'un être qui ne cesse de se tromper et de tromper ses semblables. Il écrivait par exemple : « À propos de tout ce qu'un homme laisse paraître, on peut poser la question : qu'est-ce que cela veut cacher ? De quoi cela doit-il

⁵. James W., *Principles of psychology*, New York, Holt ; Londres, Macmillan, 1890, vol. 1, p. 163. — Pour une discussion de la conception de l'inconscient chez James (dans les *Principes* et dans les œuvres ultérieures), voir J. Weinberger William James and the unconscious, *Psychological Science*, 2000, 11, p. 439-45.

⁶. Whyte L., *The Unconscious before Freud*, New York, Basic Books, 1960, trad., *L'Inconscient avant Freud*, Payot, 1971, 266 p. — Sulloway F., *Freud, Biologist of the Mind*, New York, Basic Books, 1979, trad., *Freud, Biologiste de l'esprit*, Fayard, 1981, rééd. 1998, 620 p. — Ellenberger H., *The Discovery of the Unconscious*, New York, Basic Books, 1970, 932 p., trad., *Histoire de la Découverte de l'inconscient*, rééd. Paris, Fayard, 1994, 976 p.

⁷. Brès Y., Faut-il réhabiliter Hartmann ?, *Psychanalyse à l'Université*, 1978, 3, p. 465. — *Critiques des Raisons psychanalytiques*, Paris, PUF, 1985, p. 142.

⁸. Rappelons que, dans le vocabulaire d'aujourd'hui, les « moralistes » dont il est ici question sont plutôt des psychologues que des gens qui font de la morale. Ces moralistes écrivent sur l'éthique, mais bien davantage sur les mœurs de leur temps (« moraliste » vient de l'adjectif latin *moralis*, « relatif aux mœurs ») et, plus généralement, sur le fonctionnement des conduites humaines.

⁹. *Le Monde comme Volonté et comme Représentation*, 1819, trad., Paris, PUF, 1992, ch. 42, Vie de l'espèce, p. 1260-67.

détourner l'attention ? Quel préjugé cela doit-il actionner ? Et encore : jusqu'où va la subtilité de cette dissimulation ? »¹⁰

219

Freud s'est inscrit dans la tradition des interprétations démasquantes. Comme ses prédécesseurs, il affirme que nous nous trompons constamment sur nos véritables motivations. Comme La Rochefoucauld, il pense que l'homme est profondément égoïste, narcissique. Comme Schopenhauer, il croit que la pulsion sexuelle est le ressort secret de toutes les activités humaines, y compris les plus sublimes. Comme Nietzsche, il affirme que l'homme se dissimule à lui-même les véritables motifs de ses actions.

La psychologie scientifique, dès le début de son développement — au XIX^e siècle — s'est occupée de processus inconscients¹¹. En effet, l'idée même de constituer une science psychologique suppose des processus peu ou guère intelligibles par l'intuition ou la réflexion. Si nous comprenions facilement les mécanismes et les raisons de toutes nos conduites, il n'y aurait nulle place pour des chercheurs en psychologie. Selon les psychologues scientifiques, la grande majorité de nos comportements sont automatisés, réglés par des processus inconscients. Toutefois, cette « profondeur » du comportement n'a pas grand-chose à voir avec celle dont parle Freud. Le célèbre Viennois voit l'inconscient comme un être semblable à une réalité physique, qui habite à l'intérieur de nous.

220

La psychanalyse : une science de l'âme ?

Avant de devenir une science, la psychologie était une partie de la philosophie et se définissait comme l'étude de l'âme (*psuchê-logos*). C'est ce qui faisait dire à Auguste Comte que « la psychologie n'est pas une science », qu'elle est « la dernière transformation de la théologie »¹².

À partir des années 1910, les psychologues d'orientation scientifique ont été de plus en plus nombreux à abandonner le concept d'âme aux philosophes, aux théologiens et aux religieux. Ils ont alors défini leur discipline comme « la science du comportement », l'étude objective des activités cognitives, affectives et motrices, et non plus d'une entité invisible qui habiterait dans le corps.

Freud est resté fidèle à la tradition philosophique. Dans un de ses derniers textes, il écrit : « La psychanalyse est une partie de la science de l'âme (*ein Stück der Seelenkunde*). On l'appelle aussi « psychologie des profondeurs »¹³. Freud s'est défini comme un investigateur de l'âme et non comme un observateur du comportement. Pour lui, les comportements ne constituent pas un objet d'étude en soi : ils ne sont qu'un reflet mensonger et inintéressant des profondeurs de l'âme.

En conséquence, les traducteurs de la dernière édition française des œuvres de Freud (*Œuvres complètes*, PUF) rendent le mot *Seele* par *âme* (plutôt que *psychisme*), *Seelenapparat* par *appareil d'âme* et *das Seelische* par *l'animique*.

¹⁰. *Aurore*, 1881, § 523, trad. dans *Œuvres Philosophiques complètes*, Gallimard, IV, 1970.

¹¹. Pour des exemples de recherches scientifiques du XIX^e siècle sur les processus inconscients, voir par exemple J. Van Rillaer (2003) *Psychologie de la vie quotidienne*, Paris, Odile Jacob, p. 154-163.

¹². Comte, A. (1842) *Cours de philosophie positive. Chapitres I et II* [1830], rééd., Paris, J. De Gigord, 1933, pp. 43 & 44.

¹³. Some elementary lessons in Psycho-analysis (1938), rééd. dans *Gesammelte Werk*, Fischer, XVII, p. 142.

À vrai dire, les psychanalystes contemporains ne sont pas unanimes pour faire de l'âme l'objet d'étude de la psychanalyse. Citons deux exemples.

Elisabeth Roudinesco justifie l'impossibilité d'évaluer les effets des cures freudiennes par l'existence de cette entité : « L'évaluation dite "expérimentale" des résultats thérapeutiques n'a guère de valeur en psychanalyse : elle réduit toujours l'âme à une chose »¹⁴. Pour elle, cela n'a aucun sens d'observer et d'évaluer des changements de comportements. Seul compte ce qui se passe dans les profondeurs de l'âme.

En revanche, Lacan qualifie la croyance en l'âme de délire. Il attribue en partie à Socrate le fait que nous soyons encore encombrés de cette notion philosophico-religieuse : « L'âme, telle qu'encore nous la manipulons et telle qu'encore nous en sommes encombrés, [...] l'âme à laquelle nous avons affaire dans la tradition chrétienne, cette âme a comme appareil, comme armature, comme tige métallique dans son intérieur, le sous-produit de ce délire d'immortalité de Socrate. Nous en vivons encore »¹⁵.

Plus profond encore que l'inconscient de Freud

Freud a-t-il creusé suffisamment dans la profondeur psychique ? S'inscrivant dans la même dynamique, des disciples sont allés plus loin. Ainsi Mélanie Klein, la célèbre psychanalyste d'enfants, a tenté de décrypter ce qui se trame dans la tête des nourrissons. Voici un échantillon de sa prose :

« Le sadisme atteint son point culminant au cours de la phase qui débute avec le désir sadique-oral de dévorer le sein de la mère (ou la mère elle-même) et qui s'achève à l'avènement du premier stade anal. Pendant cette période, le but principal du sujet est de s'approprier les contenus du corps de la mère et de détruire celle-ci avec toutes les armes dont le sadisme dispose. [...] À l'intérieur du corps de la mère, l'enfant s'attend à trouver : le pénis du père, des excréments et des enfants, tous ces éléments étant assimilés à des substances comestibles. [...] Les excréments sont transformés dans les fantasmes en armes dangereuses : uriner équivaut à découper, poignarder, brûler, noyer, tandis que les matières fécales sont assimilées à des armes et à des projectiles »¹⁶.

Notons bien que Klein parle des enfants de moins de deux ans...

Mais pourquoi s'arrêter à la première année de la vie ? Otto Rank — dont Freud écrivait en 1914 qu'il est « son plus fidèle collaborateur » et qu'il manifeste « une compréhension extraordinaire de la psychanalyse »¹⁷ — publie en 1924 une théorie selon laquelle tous les phénomènes psychiques — coït et complexe d'Œdipe compris — sont interprétés en fonction du traumatisme de la naissance. Il croit être ainsi arrivé à un niveau plus « profond » que celui auquel Freud avait abouti. Il affirme que la source ultime de l'angoisse est le désir de retourner dans le sein maternel. Il retrouve ce schéma absolument partout, que ce soit chez des patients ou chez des personnages historiques. Il explique par exemple que Socrate est « vraiment le précurseur direct de la thérapeutique psychanalytique » car, « en acceptant la mort qu'il aurait facilement pu éviter », « il a réussi à surmonter intellectuellement le traumatisme de la naissance »¹⁸.

¹⁴. *Pourquoi la psychanalyse ?*, Paris, Fayard, 1999, p. 39.

¹⁵. Lacan J. (1991) *Le Séminaire. VIII. Le transfert*. Paris, Seuil, p. 125.

¹⁶. Klein, M. (1948) *Essais de psychanalyse*, trad., Payot, p. 263s

¹⁷. Zur Geschichte der psychoanalytischen Bewegung (1914), *Gesammelte Werke*, X, p. 63.

¹⁸. Rank, O. (1924) *Das Trauma der Geburt*. Vienne, trad., *Le Traumatisme de la Naissance*, Paris, Payot, p. 184s.

Dans la logique psychanalytique, il n'existe pas de critères scientifiques pour réfuter des affirmations concernant l'Inconscient (voir infra, le texte de Frank Cioffi). On ne peut se référer qu'au sentiment ou à l'argument d'autorité. Aussi Freud écrit-il à Sandor Ferenczi au sujet du livre de Rank :

« De jugement sûr, je n'en ai toujours pas. Mon impression la plus forte, c'est qu'il n'est pas possible de pénétrer en peu de temps dans des couches aussi profondes ni d'introduire des changements psychiques durables. Mais peut-être suis-je vraiment déjà vieux jeu »¹⁹.

Pourquoi s'arrêter à la vie intra-utérine ? Quelques mois après Rank, Ferenczi publie *Thalassa*²⁰. Il y explique qu'on ne peut s'arrêter, comme l'a fait Freud, à l'Œdipe. « Le désir œdipien est l'expression psychique d'une tendance biologique beaucoup plus générale, qui pousse les êtres vivants au retour à l'état de calme dont ils jouissaient avant la naissance »²¹. L'acte sexuel n'est qu'une tentative de retourner symboliquement dans le sein maternel. Ferenczi imagine que les amphibiens et les reptiles ont été incités à se créer un pénis afin de restaurer le mode de vie perdu, afin de « rétablir l'existence aquatique dans l'intérieur de la mère, humide et riche en nourriture »²².

Le sein maternel est-il dès lors le signifié ultime de tous les comportements des hommes et des animaux terrestres ? Ferenczi n'hésite pas à creuser encore plus *profondément* : « La mère est en réalité le symbole de l'Océan ou son remplaçant partiel, et non inversement »²³. La Vérité dernière est que tout être vivant n'aspire qu'à retourner vers l'Océan abandonné dans les temps anciens. Le sommeil et le coït sont les deux expériences qui permettent à tout un chacun de revenir symboliquement à la vie aquatique.

Dans la correspondance entre Freud et Ferenczi, on ne trouve guère de critiques du Maître de Vienne à l'égard de cette nouvelle théorie. Au contraire, Freud écrit à son disciple : « Vous êtes le premier et jusqu'à présent le seul qui sache expliquer pourquoi le petit homme veut coïter. Ce n'est pas une mince énigme »²⁴.

Les pièges d'une métaphore

Gaston Bachelard savait les vertus de la métaphore comme celles du concept : la dimension poétique de son œuvre le dispute à la pertinence de ses analyses épistémologiques. Et pourtant, il n'a cessé de mettre en garde contre les illusions engendrées par les métaphores quand il s'agit d'explications scientifiques : « L'esprit scientifique doit sans cesse lutter contre les images, contre les analogies, contre les métaphores. (...) On ne peut confiner aussi facilement qu'on le prétend les métaphores dans le seul règne de l'expression »²⁵.

Le psychologue doit-il bannir l'image de la profondeur de son vocabulaire ? Nullement, pour autant qu'il garde à l'esprit qu'il ne s'agit que d'un mot qui désigne métaphoriquement des processus le plus souvent non directement observables.

¹⁹ Lettre du 4.2.1924. Dans Freud, S. & Ferenczi, S. (2000) *Correspondance*, Paris, Calmann-Lévy, t. III, p. 143.

²⁰ Ferenczi, S. (1924) *Versuch einer Genitaltheorie*, Leipzig. Trad., *Thalassa. Essai sur la théorie de la génitalité*, Paris, Payot, 1972.

²¹ *Ibid.*, trad., p. 45.

²² *Ibid.*, trad., p. 92.

²³ *Ibid.*, trad., p. 93.

²⁴ Lettre du 11 mai 1924. Dans S. Freud & S. Ferenczi (2000) *Correspondance*, Paris, Calmann-Lévy. T. III, p. 413.

²⁵ *La formation de l'esprit scientifique*, Paris, Vrin, 1947, pp. 38, 78.

Ainsi on peut parler d'une *profondeur génétique* : tous nos comportements dépendent, en partie, de notre équipement génétique, d'une programmation innée à réagir à certaines stimulations, à des récompenses et à des punitions. On peut aussi évoquer une *profondeur historique* : tous nos comportements dépendent, en partie, de notre passé, d'expériences de plaisir et de douleur. Pour expliquer nos comportements, nous devons tenir compte des effets recherchés. Certaines personnes ne voient que le très court terme, d'autres sont capables de réguler leurs conduites en fonction de conséquences à très long terme. Il est donc légitime de parler de *profondeur anticipatoire* ou *temporelle*. Par ailleurs, on peut utiliser la notion de *profondeur horizontale*²⁶ : tous nos comportements dépendent, en partie, des environnements physiques et sociaux dans lesquels nous sommes situés. Ces environnements

224

nous incitent à adopter certaines conduites. Les effets que nos comportements produisent, sur notre environnement et sur nos relations, déterminent la répétition ou non de ces comportements dans des contextes donnés. On peut encore parler d'une *profondeur psychologique* pour désigner des processus sous-jacents à nos conduites, des processus difficilement compréhensibles ou même inaccessibles, par exemple la tendance à se focaliser sur certaines choses — situations, pensées ou sensations — de manière à éviter de penser à d'autres choses, plus angoissantes ou culpabilisantes. On peut enfin parler d'une *profondeur corporelle* : tous nos comportements dépendent, en partie, du fonctionnement de notre organisme. Une maladie cérébrale ou, plus simplement, la modification du taux d'adrénaline influencent « en profondeur » nos émotions, nos pensées et nos actions.

La conception freudienne de la profondeur induit en erreur parce qu'elle conduit à transformer en substances des dispositions, des mécanismes cognitifs et affectifs. Freud ne parle pas simplement de processus inconscients, mais d'un être — l'Inconscient — dissimulé à l'intérieur de nous et qui nous manipule comme si nous n'étions que des marionnettes. Il affirme l'existence d'un « Autre » en nous²⁷, ce que Lacan traduit en disant que « dans l'inconscient, qui est moins profond qu'inaccessible à l'approfondissement conscient, *ça parle* : un sujet dans le sujet, transcendant le sujet »²⁸.

Pour le psychanalyste, nous ne sommes pas simplement des personnes qui subissent de multiples influences à leur insu. Notre « vérité » est inscrite « ailleurs », dans un « autre monde ». À moins d'avoir le privilège d'une longue initiation psychanalytique, nous avançons toujours dans l'obscurité, nous sommes à jamais aliénés. Et même ceux qui ont eu la chance d'avoir vécu longtemps au contact de Freud ou qui ont été analysés par lui peuvent rester dans l'erreur ou s'égarer à nouveau : Adler, Stekel, Jung, Rank, Ferenczi, Reich et bien d'autres, tous ces disciples ont fini par découvrir dans la « profondeur de l'âme » tout autre chose que ce que Freud croyait y discerner.

225

La profondeur freudienne illustre parfaitement les errances contre lesquelles William James mettait en garde il y a plus d'un siècle : c'est une sorte de chapeau de magicien dont le psychanalyste sort ce qu'il veut. L'acte de fumer est-il une masturbation symbolique ? une tentative de maîtriser la mort ? une défense contre la peur de la castration ? Le choix de l'interprétation du psychanalyste dépend, non de faits précis patiemment collectés, mais essentiellement de sa théorie et de son imagination.

²⁶. La métaphore est utilisée ici comme dans l'expression « la profondeur du champ visuel ».

²⁷. Freud écrit, par exemple dans *Das Unbewusste* (1915) : « Tous les actes et toutes les manifestations que je remarque en moi et que je ne sais pas relier au reste de ma vie psychique doivent être jugés comme s'ils appartenaient à une autre personne et que l'on doit les expliquer en leur attribuant une vie psychique » (*Gesammelte Werke*, Fischer, X, p. 268, trad. dans *Métopsychoanalyse*, Paris, Gallimard, coll. Idées, 1968, p. 71).

²⁸. *Écrits*, Paris, Seuil, p. 437. (Italiennes de Lacan).

La thérapie profonde

Une idéologie ancienne

Dans la tradition judéo-chrétienne, l'origine des pensées culpabilisantes, des impulsions angoissantes, des conduites déviantes et des réactions pathologiques a souvent été attribuée à une instance profonde dissimulée au cœur de l'homme : le démon. Pour le croyant, le diable peut se dissimuler à l'intérieur de ses victimes. Le moi n'est plus alors maître dans sa propre maison : il est le jouet d'un Autre. Il faut recourir à l'exorcisme pour *faire sortir* le Mal.

Dès le début de l'histoire de l'humanité, le démon est à l'œuvre. Adam et Eve n'ont pas résisté à la tentation de manger de l'arbre de la connaissance du bien et du mal, alors que Dieu avait été très clair : tous les fruits du Jardin d'Eden sont à leur disposition, excepté celui-là. Ève attribue la responsabilité de son geste au démon — qui a revêtu l'apparence d'un serpent charmeur. Quand Dieu lui demande de se justifier, elle déclare : « C'est le serpent qui m'a séduite et j'ai mangé ». Adam présente à Dieu le même type d'explication : « C'est la femme que tu as mise auprès de moi qui m'a donné de l'arbre et j'ai mangé ».

Parallèlement aux explications religieuses de comportements regrettables ou non désirés, se sont développées des explications médicales. Selon la tradition hippocratique, des troubles apparaissent lorsqu'un déséquilibre se produit parmi les quatre humeurs fondamentales (le sang, la lymphe, la bile noire et la bile blanche). Une idée qui traverse tout le développement de la médecine occidentale est la nécessité de *faire sortir* des substances contenues dans le corps. D'où un usage abondant de divers procédés d'évacuation : la saignée, la purge, la provocation de vomissements, etc.²⁹

226

Lorsque se sont développées des explications psychologiques des troubles mentaux, une des idées directrices a été calquée sur la conception de choses cachées à l'intérieur de soi, qu'il faut amener au dehors pour guérir. Ici il ne s'agit plus de confesser des péchés, d'expulser un démon ou d'évacuer un excès de sang, mais de *faire sortir* des significations cachées, des souvenirs oubliés, des émotions bloquées et des pulsions réprimées.

La guérison par la remémoration

L'idée de l'utilisation thérapeutique du ressouvenir d'événements n'a été systématisée qu'au XIX^e siècle. On trouve déjà chez des magnétiseurs du XVIII^e des récits de guérisons à la suite de la révélation de secrets pénibles, mais il faut attendre les années 1860 pour que Moritz Benedikt, un neurologue autrichien, élabore un traitement psychologique fondé sur l'exploration de secrets et d'événements traumatisants du passé³⁰.

À partir de 1864, Benedikt, chef du Service de neurologie de la polyclinique générale de Vienne, a émis l'idée que l'hystérie est souvent causée par une perturbation psychologique de la vie sexuelle et non, comme on le croyait à l'époque, par un dysfonctionnement somatique de l'utérus ou de la sexualité. Il a ensuite développé la thèse que non seulement l'hystérie, mais tous les troubles mentaux et même certaines maladies physiques trouvent leur origine dans des « secrets pathogènes », tels que des traumatismes sexuels de l'enfance, des frustrations sexuelles, des passions contrariées, des ambitions déçues. En conséquence, le

²⁹. Quétel, C. & Postel, P. (1979) *Les fous et leurs médecines, de la Renaissance au XX^e siècle*, Paris, Hachette, 320 p.

³⁰. Benedikt, personnage inconnu du grand public, est considéré comme très important par les historiens de la psychothérapie et de la psychiatrie. Voir par exemple : H. Ellenberger, *The Discovery of the Unconscious*, New York, Basic Books, 1970, 932 p., trad., *Histoire de la Découverte de l'Inconscient*, rééd. Paris : Fayard, 1994, passim. — H. Ellenberger, *Médecines de l'âme*. Paris : Fayard, 1995, p 123-142. — M. Borch-Jacobsen, *Souvenirs d'Anna O. Une mystification centenaire*, Paris, Aubier, 1995, pp. 67-78, 111-118.

rôle du médecin est d'aider le patient à mettre au jour cette « seconde vie », cachée « à l'intérieur du moi ».

Dans un premier temps, Benedikt utilise l'hypnose pour faciliter l'exploration des événements passés qui sont à la source des troubles mentaux. Quelques années plus tard, il abandonne cette technique. Comme d'autres chercheurs de son époque, il a constaté que l'hypnose favorisait des suggestions et des mystifications, et que ses résultats étaient éphémères. Il estime alors que l'exploration de la vie inconsciente doit s'effectuer à l'état de veille, en faisant preuve de « courage moral ».

227

La théorie et la pratique de Benedikt ont joué un rôle capital dans les conceptions de son ami Joseph Breuer — à l'époque où celui-ci traitait sa célèbre patiente Anna O. —, de Freud — qui reçut de Benedikt sa lettre d'introduction pour son stage chez Charcot — et d'Adler — qui travailla dans son service.

Pour Breuer, les troubles mentaux — du moins ceux qu'à l'époque on qualifiait d'« hystériques » — sont des « conversions » d'émotions qui n'ont pu s'éliminer par la voie normale de l'action. Il a pensé que le traitement consiste en deux opérations : la prise de conscience d'événements passés et la décharge (*Entladung*) d'affects bloqués. Il a appelé son procédé la « méthode cathartique ».

Freud reprendra plutôt la conception de Benedikt que celle de Breuer³¹. En effet, selon le père de la psychanalyse, l'abréaction des émotions n'est pas un facteur essentiel de guérison. Le traitement qu'il va instaurer est avant tout un processus intellectuel, qui repose sur deux postulats : « Pour qu'un symptôme se produise, il faut que son sens soit inconscient. Le symptôme ne peut provenir de processus conscients. Par ailleurs, le symptôme disparaît dès que le processus inconscient est devenu conscient »³².

Notons toutefois que Freud a reconnu l'importance d'un facteur affectif dans la cure, mais ce n'est pas la libération d'affects coincés, chère à Breuer. La force motrice d'une thérapie, dirait-il, est l'amour du thérapeute, un amour qui n'est rien d'autre que la résurgence de l'amour pour la mère ou le père. Autrement dit, le patient guérit grâce à un « transfert positif ». Par contre, « lorsque le transfert devient négatif, les résultats thérapeutiques sont balayés comme fétus de paille au vent »³³. Très justement, Freud se demande en écrivant cela si les résultats thérapeutiques qui surviennent grâce au transfert positif ne sont pas simplement l'effet de la suggestion.

³¹. Dans ses premières publications, Freud reconnaît sa dette à l'égard de Benedikt quant à l'explication des troubles par des conflits intérieurs enracinés dans le passé, la thérapie par la remémoration de conflits et l'importance d'analyser des fantasmes et des rêveries diurnes. Voir *Gesammelte Werke*, Fischer, I, p. 86 (1894) ; II, p. 495 (1900). S'il n'a pas continué à le citer c'est peut-être pour paraître lui-même plus original qu'il ne l'était et sans doute parce que Benedikt avait publié une critique acerbe du livre de Fliess *Les relations entre le nez et les organes génitaux féminins*, dont Freud avait dit, lors de sa publication, qu'il constituait « le socle même de la psychanalyse ».

³². Freud S., *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse* (1917), rééd. dans *Gesammelte Werke*, Francfort, Fischer, XI, p. 289. Précisons que, selon la psychologie scientifique, bon nombre de troubles psychologiques ont leur origine dans des événements parfaitement conscients — par exemple une agression — et qu'une opération intellectuelle — rendre conscient l'inconscient — ne suffit pas pour faire disparaître des troubles psychologiques bien ancrés.

³³. Freud, S. (1940) *Abriss der Psychoanalyse*, rééd. dans *Gesammelte Werke*, Fischer, XVII, p. 102, trad., *Abrégé de psychanalyse*. 10^e éd. revue par J. Laplanche, PUF, 1985, p. 44.

Le traitement de Freud, sourcier de l'âme

Freud a toujours souligné que la profondeur dont il parlait n'avait rien à voir avec des conceptions mystiques ou romantiques de l'Inconscient, du genre de celles de von Hartmann ou de Jung. Il écrivait : « Notre notion d'inconscient se trouve déduite de la théorie du refoulement. Le refoulé est pour nous le prototype de l'inconscient »³⁴. Pour expliciter sa conception, il n'hésite pas à parler en termes spatiaux : « Nous assimilons le système de l'inconscient à une grande antichambre dans laquelle les motions animiques [*die seelischen Regungen*] s'ébattent comme des êtres séparés. Attenante à cette antichambre, il y a une seconde pièce, plus étroite, une sorte de salon dans lequel séjourne aussi la conscience. Mais sur le seuil entre les deux espaces, un gardien exerce son office, il inspecte une à une les motions d'âme, les censure et ne les laisse pas entrer au salon quand elles viennent à lui déplaire »³⁵.

Concrètement, quels sont les « habitants » (les *motions d'âme*) de l'Inconscient, qui causent les troubles mentaux et qui doivent entrer au salon pour que le « propriétaire » puisse guérir ? Selon Freud, ce sont des souvenirs refoulés, des significations symboliques méconnues, des jeux de langage et, en fin de compte, des forces en conflits. Passons-les en revue.

1. Les souvenirs refoulés

Au début de sa carrière, Freud a utilisé la méthode de Benedikt et Breuer : retrouver les événements, cachés ou oubliés, censés être à l'origine des troubles. Il dit avoir constaté que les troubles « hystériques », les obsessions et les compulsions s'expliquent toujours, *sans aucune exception*, par le refoulement de souvenirs de séductions sexuelles vécues dans la petite enfance. En 1897, il déclare abandonner cette théorie — dite « de la séduction » — pour la « théorie du fantasme » : les souvenirs refoulés d'expériences sexuelles ne seraient que des scènes imaginées à l'occasion d'activités auto-érotiques. Pour la grande majorité des freudiens, la psychanalyse commence à ce moment précis : lorsque Freud ne recherche plus des événements du passé, mais des souvenirs de fantasmes.

229

À y regarder de près, Freud a joué sur les deux tableaux jusqu'à la fin de sa vie. Il a toujours continué à chercher des événements de l'enfance, comme le montrent bien ses exposés de cas, par exemple celui de Dora ou de l'Homme aux Loups. En 1937, dans le dernier texte qu'il consacre à la question, il écrit : « Les symptômes sont des substituts d'oubli. [...] L'analysé doit être amené à se remémorer quelque chose qu'il a vécu et refoulé. [...] La tâche de l'analyste est de deviner ou, plus exactement, de *construire* ce qui a été oublié à partir d'indices échappés à l'oubli »³⁶.

2. Tout a une signification symbolique

Les significations symboliques sont un autre élément essentiel. À titre d'exemple, prenons un comportement adopté par environ un quart de la population : le tabagisme. Selon Freud, cette toxicomanie, dont il a essayé à maintes reprises de se libérer, est le substitut inconscient de la masturbation³⁷. Soulignons au passage que Freud, malgré la connaissance de la signification « profonde » de cette dépendance, n'a jamais réussi à s'en délivrer ! Pour le psychanalyste, le

³⁴. *Das Ich und das Es* (1923), *Gesammelte Werke*, Fischer, XIII, p. 241.

³⁵. *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse* (1917), *Gesammelte Werke*, Fischer, vol. XI, p. 305. Trad., *Leçons d'introduction à la psychanalyse*, *Œuvres complètes*, PUF, 2000, XIV, p. 305.

³⁶. *Konstruktionen in der Analyse* (1937), Rééd. dans *Gesammelte Werke*, Fischer, XVI, pp. 43, 45 (italiques de Freud).

³⁷. *Aus den Anfängen der Psychoanalyse*, London, Imago, 1950, p. 256 — *Die Sexualität in der Aetiologie der Neurose*, rééd. dans *Gesammelte Werke*, Fischer, I, p. 506.

sevrage tabagique n'est pas — contrairement à ce que pense le psychologue scientifique — une question d'efforts bien ciblés³⁸, mais seulement une question de significations à dévoiler. Quand le psychanalyste Peter Gay, auteur d'une biographie louangeuse de Freud, explique pourquoi le Maître n'est jamais parvenu à arrêter de fumer, il invoque simplement une analyse trop peu profonde :

230

« La jouissance que fumer procurait à Freud, ou plutôt son besoin invétéré, devait être irrésistible, car après tout, chaque cigare constituait un irritant, un petit pas vers une autre intervention et de nouvelles souffrances. Nous savons qu'il reconnaissait son addiction, et considérait le fait de fumer comme un substitut à ce “besoin primitif” : la masturbation. À l'évidence, son auto-analyse n'avait pas atteint certaines strates »³⁹.

Quelles sont ces strates plus profondes ? Selon la psychanalyste Odile Lesourne, Freud fumait « afin de maîtriser la mort », afin de « ne pas se laisser prendre par la mort, mais la faire entrer en soi lentement et méthodiquement de manière à la contrôler et à en observer les effets »⁴⁰. Plus récemment, le psychanalyste Philippe Grimbert interprète le tabagisme comme une défense contre l'angoisse de la castration :

« Chez le garçon devenu adulte, la cigarette est le substitut du phallus de la femme (la mère) auquel il a cru étant enfant et auquel il ne veut pas renoncer, puisque ce serait accepter l'imminence de la castration. La cigarette, exhibée comme un phallus et venant obturer le vide de l'orifice buccal associé au sexe féminin, demeure le signe d'un triomphe sur la menace de castration et une protection contre cette menace. Car il n'est probablement épargné à aucun être masculin de ressentir la terreur de la castration, lorsqu'il voit l'organe sexuel féminin »⁴¹.

(Je laisse au lecteur masculin le soin de vérifier l'applicabilité de la dernière phrase à son propre cas. Selon Grimbert, il s'agit d'une loi universelle).

231

3. Les jeux de mots

Freud pense que l'usage inconscient de certains mots explique certains troubles et que sa prise de conscience est thérapeutique. Par exemple, l'Homme aux rats se dit un jour qu'il est trop gros (*zu dick*) et essaie de maigrir. Interprétation de Freud : son rival s'appelle Richard et est parfois surnommé Dick. En essayant d'être moins « dick », il tue inconsciemment son concurrent⁴². Peut-on en déduire que si l'Homme aux rats avait été français il n'aurait pas présenté le même symptôme, ce jeu de mots n'étant pas possible ? Des analystes ne se laissent guère impressionner par cette objection. Par exemple Grimbert affirme : « Évidemment, Freud n'a pas pu entendre “gare !” dans *cigare*, “arrête !” dans *cigarette*, ni même “t'abat !” dans *tabac* et il a fumé jusqu'à la mort, ignorant ces avertissements implicites, jeux de sens que la langue allemande ne lui permettait pas »⁴³. Selon ce

³⁸. Pour en savoir plus sur la perspective scientifique, voir par exemple H.-L. Aubin, P. Dupont, G. Lagrue (2004) *Comment arrêter de fumer ?*, Paris, Odile Jacob.

³⁹. P. Gay, *Freud. Une vie*, trad., Hachette, 1995. Cité dans P. Grimbert, *Pas de fumée sans Freud. Psychanalyse du fumeur*, Paris, Colin, 1999, p. 223.

⁴⁰. Lesourne, O. (1984) *Le grand fumeur et sa passion*. Paris, PUF, p. 22.

⁴¹. Grimbert P., *Pas de fumée sans Freud. Psychanalyse du fumeur*, Paris, Colin, Collection *Renouveaux en psychanalyse*, 1999, p. 139.

⁴². Freud écrit, dans ses notes, publiées après sa mort : ‘Ceci est ma trouvaille et il ne sait pas l'apprécier’. Dans le texte destiné aux lecteurs, il affirme que le patient a lui-même découvert cette signification ! Pour les citations et les références, voir J. Van Rillaer, *Les illusions de la psychanalyse*, Bruxelles, Mardaga, 1981 (4^e éd., 1996), p. 132s.

⁴³. P. Grimbert, *op. cit.*, p. 110.

raisonnement, les Français devraient fumer moins que les Allemands, simplement pour une question de jeux de mots.

Le décryptage par « mots-ponts » ou « ponts verbaux » (Freud écrit : *Wort-Brücke*) a été abondamment utilisé par Lacan, qui parle de « décomposition signifiante ». Il disait à ce sujet : « J'attache énormément d'importance aux jeux de mots. Cela me paraît la clé de la psychanalyse. »⁴⁴ Selon sa « théorie de la suprématie du Signifiant », l'inconscient est régi par les propriétés phonétiques des mots en tant que tels, plutôt que par les significations auxquelles les mots renvoient. Dès lors, la pratique psychanalytique s'apparente à un jeu de calembours, à la portée de tous, qui fonctionne à tous les coups.

Lorsque Janine Chasseguet, alors Présidente de la Société psychanalytique de Paris, s'est risquée à faire un exposé à l'École freudienne de Paris — présidée par Lacan —, elle a raconté le rêve d'un de ses patients. Celui-ci avait rêvé qu'il se trouvait « dans un petit chalet que la masse du mont Blanc vient écraser ». Chasseguet ajouta : « Je dis alors que mes associations m'avaient amenée à penser — comme j'imaginai celles des analystes présents — à une attaque contre le sein de la mère, qui, par rétorsion, étouffe le petit garçon, sensation étayée probablement par des expériences précoces de nourrissage ».

Réaction des analystes de l'École rivale : « Ces propos déchaînèrent un tollé accompagné de gloussements et de ricanements. On me lança “cha-let”. (C'est cela que, paraît-il, il eût fallu comprendre. J'avais naïvement peut-être pensé que le petit chalet représentait le Moi timoré de l'enfant face à la masse géante du sein sur lequel il avait projeté toute son agressivité.) On me dit aussi que j'étais “vieux jeu” (sic) et qu'il était évident que je bloquais mes analyses »⁴⁵.

232

4. Les pulsions en conflit

En définitive, pour Freud, le travail thérapeutique porte essentiellement sur le conflit entre les pulsions sexuelles et le surmoi. Dans sa pratique, c'est surtout de cela qu'il s'agissait. Ainsi Kardiner, un des pionniers de la psychanalyse aux États-Unis, note, au terme de son analyse didactique chez Freud :

« En comparant mes notes avec celles d'autres étudiants, je me suis aperçu que l'homosexualité inconsciente, tout comme le complexe d'Œdipe, faisait partie de la routine d'une analyse. [...] Une fois que Freud avait repéré le complexe d'Œdipe et conduit le patient jusqu'à son homosexualité inconsciente, il ne restait pas grand-chose à faire. On débrouillait le cas du patient et on le laissait recoller les choses ensemble du mieux qu'il pouvait. Quand il n'y réussissait pas, Freud lui lançait une pointe par-ci par-là afin de l'encourager et de hâter les choses »⁴⁶.

À regarder de près, on constate que la profondeur freudienne se réduit toujours à quelques mêmes pulsions et complexes : la libido réprimée, l'envie du pénis, l'homosexualité refoulée, les fixations orales et anales, le schéma « familialiste », les complexes d'Œdipe et de castration.

À la fin de sa vie, Freud affirmait que « le dernier roc, quasi inattaquable », qui se trouve au plus profond de l'âme, est, pour la femme, le désir du pénis et, pour l'homme, la peur d'une position féminine à l'égard d'autres hommes. Il écrivait :

« À aucun moment du travail analytique on ne souffre davantage de sentir de manière oppressante la vanité d'efforts répétés, de soupçonner que l'on “prêche aux poissons”, que lorsqu'on veut inciter les femmes à abandonner leur désir de pénis comme irréalisable, et lorsqu'on voudrait convaincre les hommes qu'une position passive envers l'homme n'a pas toujours la signification d'une castration et qu'elle est indispensable

⁴⁴. *Le Triomphe de la religion*, Paris, Seuil, 2005, p. 96.

⁴⁵. Chasseguet-Smirgel, J. Les psychanalystes et l'argent. *La Nef*, 1977, 65: 171.

⁴⁶. Kardiner, A., *Mon Analyse avec Freud*, tr., Belfond, 1978, pp. 92, 125.

dans de nombreuses relations de l'existence. De la surcompensation arrogante de l'homme découle l'une des plus fortes résistances de transfert. L'homme ne veut pas se soumettre à un substitut paternel, ne veut pas être son obligé, ne veut donc pas davantage accepter du médecin la guérison »⁴⁷.

Pour conclure, la référence à la profondeur de l'âme n'est pas une découverte de la psychanalyse. Ce n'est pas la voie royale de la psychothérapie.

233

Du point de vue scientifique, la métaphore de la profondeur est dangereuse, mais elle est extraordinairement efficace pour le grand public : toute cette représentation épique de l'Inconscient — du « travail » souterrain de pulsions et de fantasmes — contribue à véhiculer la conviction que seule la psychanalyse va vraiment au fond des choses. C'est quasi ontologique : ce qui est vrai est caché, la surface est le domaine des illusions. Freud, qui était un remarquable écrivain (rappelons qu'il reçut le Prix Goethe de littérature⁴⁸) et un « génie, non de la science, mais de la propagande »⁴⁹, a habilement exploité le pouvoir évocateur de cette métaphore. Il a « profondément » bénéficié du mythe platonicien de la caverne. Comme dit Raymond Boudon, « on ne dira jamais assez à quel point ce mythe, qui permet d'avancer sur la foi de la sagesse antique que le réel est ce qu'on ne voit pas et que ce qu'on voit est irréel, a été implicitement ou explicitement sollicité pour légitimer les théories saugrenues »⁵⁰.

Les milliers de recherches menées depuis un demi-siècle sur les thérapies comportementales et cognitives montrent que le traitement de la plupart des troubles psychologiques ne requièrent pas un accoucheur des « vraies formes », mais un expert des lois du comportement, qui aide ceux qui le souhaitent à s'en servir pour de nouvelles conduites, libératrices. Ceux qui se sentent au fond d'un trou ont rarement intérêt de « creuser » toujours davantage dans les « profondeurs ». Plutôt que d'une pelle, il leur faudrait une échelle, dont les principaux échelons sont l'apprentissage du pilotage cognitif et l'engagement dans des activités, qui permettent de modifier substantiellement des modes de pensée (voir *infra*, dernière partie).

Il y a une façon de parler de la profondeur qui produit de puissantes mythologies. Beaucoup de gens intelligents et instruits, mais peu au fait de la psychologie scientifique, en sont les victimes. Un certain nombre de psys en vivent, confortablement.

⁴⁷. «Die endliche und die unendliche Analyse» (1937), rééd. dans *Gesammelte Werke*, XVI, p. 98, trad., *Résultats, idées, problèmes*, P.U.F., vol. 2, p. 267.

⁴⁸. Freud fut déçu : il espérait le Prix Nobel de Médecine.

⁴⁹. H. Eysenck (1985) *Decline and Fall of the Freudian Empire*. Rééd., Londres, Pelican Books, 1986, p. 208. Trad., *Déclin et chute de l'empire freudien*, Paris, F.-X. de Guibert, 1994, p. 234.

⁵⁰. Préface au livre de N. Stern, *La fiction psychanalytique*, Bruxelles, Mardaga, 1999, p. 8.