

A propos de la suggestion

Stéphane Fourrier, 13 octobre 2012

Mettre le corps au centre de l'affaire dans un abord thérapeutique fait s'interroger sur les questions que la psychanalyse évite habituellement en se repliant derrière les règles d'abstinence. De quoi exactement ces règles invitent-elles à s'abstenir ? Que devient la question du corps dans le transfert ? Comment la psychanalyse se situe-t-elle par rapport à la suggestion ? Faut-il que la relaxation se défende d'utiliser la suggestion ? L'usage de manipulations corporelles dans la relaxation transgresse-t-il l'interdit du toucher ? Est-il paradoxal que Jean Bergès, qui en tant que psychanalyste a élaboré des outils théoriques majeurs comme le concept de transitivisme pour accorder comme Lacan la primordialité au discours, ait aussi développé sa méthode de relaxation qui fait évidemment appel à la suggestion (1) et au toucher ? Dans la pratique psychanalytique, la suggestion est rangée un peu vite dans ce qu'il suffirait d'éviter (2) pour ne pas risquer de tomber dans une lutte de prestance sur un plan imaginaire ou dans le téléguidage. En effet, comme le dit Lacan (3) après Freud (4), la psychanalyse opère par la suggestion. C'est une forme particulière de suggestion. Il ne s'agit donc pas de faire ou ne pas faire de suggestion, mais de faire un usage particulier de la suggestion. Il faut bien que quelque chose « passe » pour qu'une relation soit utile. Reste à préciser ce qui doit passer, comment, et entre quoi et quoi. En quoi la suggestion que la relaxation et l'analyse utilisent peut-elle servir leur but et par là se différencier des pratiques de persuasion, de téléguidage dont ne se différencient pas d'ailleurs certains usages de la psychanalyse ou de la relaxation ? Le concept de transitivisme tel que l'a développé Jean Bergès avec Gabriel Balbo nous semble un repère indispensable pour s'orienter dans ces questions. Faire le lien entre la méthode de relaxation Jean Bergès et ce que ce même Jean Bergès disait du transitivisme nous invite à pratiquer la relaxation « avec » Jean Bergès comme Lacan disait qu'une psychanalyse se fait « avec » un psychanalyste, dans le sens instrumental du terme (5).

Si on veut trouver un moyen simple pour faire le tri entre les multiples techniques d'aide, la suggestion s'avère en effet un concept insuffisant ou pas assez précis. Suggérer, c'est *sub gerere*, porter sur soi par les dessous. *Gerere* a donné « gestion », « geste », qui nous évoque aussi « chanson de gestes ». Il y a la notion d'une action explicite qui fonde une identité et quelque chose qui se transmet à un certain niveau. La simple présence de l'autre suggère. Le corps est naturellement

influencé, capté par les images et les discours. Qu'est-ce qui doit passer pour que ces images et ces discours fondent un sujet, pour qu'il y ait appropriation sans se laisser passivement agir ? Jacques Lacan (6) a élaboré le stade du miroir pour rendre compte de l'entrée en jeu du « Je » dans ce processus entre l'enfant, son image dans le miroir, la motricité de son corps, la mère et le discours de la mère. Jean Bergès et Gabriel Balbo (7) ont développé le concept de transitivity pour mieux comprendre ce qui transitive de la mère à l'enfant par le discours de la mère dans ce processus. Ils l'ont comparé à la suggestion quand il s'est agi pour eux de différencier psychanalyse et psychothérapies (8). Nous faisons l'hypothèse d'un lien entre cette notion de transitivity et le rôle de la suggestion dans la relaxation thérapeutique.

Dans leur étude du transitivity, Bergès et Balbo ont voulu dépasser les approches trop « bipolaires » de leurs prédécesseurs (9), qui réduisaient les phénomènes observés au rapport univoque entre sujet et objet, moi et objet, etc. Depuis longtemps, des cliniciens s'étaient étonnés qu'un enfant puisse se faire mal sans rien en manifester alors que celui qui dans le même temps y assiste fasse comme si c'était lui qui s'était fait mal. En mettant comme Lacan l'accent sur le discours, Bergès et Balbo n'y voient pas une douleur qui transiterait de l'un à l'autre à la faveur de la pathologie ou de l'immaturation, mais un discours qui porte sur la satisfaction masochique et dont les effets limitants transitivent dans un jeu d'identification. Ils rapprochent cette observation de ce qui se passe entre la mère et l'enfant quand l'enfant peut s'identifier ce que sa mère lui dit : « mais il va avoir froid le petit Paul ! ». Dans ce jeu d'affectation, c'est bien là aussi un discours que l'enfant peut s'identifier.

Bergès et Balbo en tirent des conséquences sur l'importance du discours de la mère à l'enfant pour l'entrée de ce dernier dans le symbolique. « La mère, par son discours à l'enfant qui nomme les affects pour désigner ses éprouvés à lui en référence aux siens propres, le contraint à s'intégrer au symbolique » (10). C'est d'un véritable forçage qu'il s'agit puisque l'enfant est contraint à limiter son activité, ses expériences ; il est forcé à éprouver ce qui a été supposé par un autre ; il est forcé à une élaboration discursive, supposant une anticipation, une hypothèse, un savoir qu'il a à se reconnaître et à solliciter, il est ainsi forcé à prendre possession symboliquement d'un bien qu'il possède déjà réellement et il est forcé pour couronner le tout à demander ce forçage (11). Si la mère est capable de tenir ce discours transitivity, d'engager ce processus en s'adressant à son enfant, elle lui fournit ainsi des limites, des interdits, du refoulement, et non pas une incitation voire une injonction à la jouissance (12).

Il y a en effet deux manières très différentes de dire à un enfant « tu vas te faire mal ». Cela fait penser à la différence que Lacan faisait entre les deux énoncés : « Tu es celui qui me suivra » et « tu es celui qui me suivras »(13). Le premier énoncé est un commandement, un « tu » qui « tue », une parole prédictive, une interdiction ; la relation y est purement imaginaire, vite persécutrice. Le deuxième est une invocation pour faire passer en l'autre ma foi ; c'est une parole fondatrice, performative, dans une relation symbolique ; le sujet y est invité à conquérir le signifiant qui gîte dans l'énoncé verbalisé, pour qu'à travers ses propres marques, son propre corps s'en fasse le lieu ; il est invité à soutenir cette véritable annonce de la naissance au signifiant, de l'appropriation du signifiant dans une incarnation. Si la mère laisse tomber : « tu vas encore me faire que tu te fasses mal », la suggestion est passive et rien ne vient faire origine à ce passage. Ce qui passe peut passer indéfiniment sans que personne ne sache de quel traumatisme il s'agit. Le défaut d'origine provoque l'absence de sens sans aucune autre butée possible que celle du réel de la mort. Ça ne fait pas d'histoire. Si la mère suggère : « attention, tu peux te faire mal », l'enfant a affaire au signifiant qu'il peut refuser ou non, mais qui va de toute façon faire événement, événement d'être, borne entre un avant et un après, exploit de sa chanson de geste, quelque chose qu'il pourra continuer d'interroger toute sa vie.

Daniel Arasse, à travers l'étude de différents tableaux d'Annonciation, a montré comment l'invention de la perspective a été un moyen de figurer l'infigurable : l'Incarnation. La commensurabilité de la perspective qui ne raconte que l'histoire visible de l'Annonciation, permettait d'en faire échapper une figure n'obéissant pas à cette perspective. Cette figure pouvait ainsi figurer l'invisible, le secret caché, le mystère de l'Incarnation caché dans le visible de l'Annonciation. Dans l'Annonciation de 1344 d'Ambrogio Lorenzetti, le Verbe (« car rien ne sera impossible à Dieu qui est tout Verbe ») révèle sa force d'introduction dans le réel, dans le corps de la Vierge qui se fait réceptacle de la plénitude qu'elle reçoit de cette salutation angélique (14). Lacan parlait ainsi, au sujet de la réponse de la Vierge « je suis la servante du Seigneur », de l'assomption du sujet, de sa prise par le signifiant (15).

Le discours transitive affecte l'enfant, lui apprend la douleur, la faim, la soif. Le corps est engagé dans un éprouvé qui l'affecte autrement que n'affecterait un sentiment. Les sentiments sont toujours ceux des autres et de n'importe qui. Le transitive ne se contente pas de nommer des sentiments, il fait référence au réel de l'éprouvé, à ce qui peut faire référence au corps propre, au savoir latent que le corps recelle, ce en quoi il affecte symboliquement : la douleur peut être ou n'être pas ; elle n'est pas insensée ; elle peut être celle de l'enfant comme son corps est le sien. Le

discours transactiviste contraint donc l'enfant à s'attribuer un corps qui soit le sien propre. Cet accès au symbolique nécessite la référence au réel du corps, au réel qui reste non éprouvé dans l'attente d'une nomination. C'est symbolique car ce réel est ce qui est méconnu du corps. Le corps propre est dans ce sens autre que le schéma corporel qui lui peut être parfaitement connu. Bergès disait que le corps n'ignore rien de l'imaginaire. Le problème est de dépasser un peu cet imaginaire pour accéder à un nouveau nouage borroméen entre réel, symbolique et imaginaire. L'imaginaire pur ne dit rien et ne donne pas la parole au corps. Le nouage ne noue qu'à opérer de trois consistances radicalement hétérogènes : le réel, le symbolique et l'imaginaire. Un corps ne peut s'attribuer qu'à ne pas être coincé dans une quelconque de ces consistances. En se reconnaissant un corps dont il ignore tout, l'enfant peut accéder à la division qui le dote d'un inconscient et lui donne la parole. Il faut pour cela que la mère accepte aussi de se diviser et d'entrer dans le jeu de place et d'affectation du transactivisme. Parler à l'enfant du coup qui ne le fait pas souffrir en s'en plaignant sans en souffrir elle-même est comme disent Bergès et Balbo une remarquable élaboration symbolique de la douleur, une double négation, effet d'une double division et d'un double refoulement.

Le discours transactiviste exerce un forçage qui contraint mais qui, et c'est toute la différence, et en cela se distingue des interventions traumatiques, ne cherche pas à convaincre. C'est ce que Bergès et Balbo nous suggèrent, cherchent à évoquer en nous, quand ils disent qu'il s'agit pour l'enfant de s'identifier « le » discours de la mère et non pas « au » discours de la mère (16). Le transactivisme n'est pas une démonstration de ce que la mère éprouve ou de ce qui fait réel pour elle, mais un processus qui s'engage entre elle et son enfant : l'adresse qu'elle lui fait va circuler autour du savoir qu'elle lui suppose, soutenue par l'hypothèse qu'elle fait qu'il va en savoir quelque chose de ce qu'elle dit à partir de ses propres éprouvés à lui, pour lui revenir sous la forme d'une demande, demande qu'elle suppose être qu'elle lui fournisse le discours pour qu'il se l'identifie. Nous ne sommes donc pas dans l'imposition mais dans une élaboration discursive qui relève d'une véritable dialectique du don qui est celle de l'existence du phallus entre la mère et l'enfant. La phallicisation du corps dépend du transactivisme de la mère. Dans le stade du miroir, le corps est non spéculaire et les paroles de la mère ne prétendent pas dire le tout du corps : « Eh oui, c'est bien toi, le petit Paul, que tu vois dans le miroir », image encadrée par les mouvements de jubilation de l'enfant, image perdue par les mouvement de torsion du corps pour prendre la mère à témoin de cette reconnaissance, division des regards et des corps, division entre soi et l'autre, entre son propre corps et ce double de soi dans le miroir qui est ce symbole de soi qui fait sens pour l'autre.

En psychanalyse, l'interprétation est psychanalytique si elle ne cherche pas non plus à convaincre mais à suggérer. Lacan mettait en garde non pas contre la suggestion mais contre l'interprétation « d'ego à ego » (17), celle qui se situe sur un plan imaginaire où il faut avoir raison de l'autre et imposer son Moi comme idéal, sa compréhension, ses explications par le vécu. Il s'agit au contraire de suggérer, c'est-à-dire, disait Lacan, comme un rhéteur (18). Un art du bien dire, pour laisser entendre le savoir que recèle l'articulation signifiante susceptible de relancer la réalisation symbolique du sujet dans sa relation à la parole. Il y a donc suggestion d'en savoir, et de produire du dire. Ce en quoi il faut s'abstenir dans la psychanalyse, ce n'est pas de suggérer mais c'est de gratifier la demande (19), demande par exemple de comprendre. Il y a un écart à maintenir entre la demande de satisfaction d'un besoin et la demande d'amour. C'est ainsi, dit Lacan, qu'il ne faut pas faire comme ceux qui veulent soigner par la suggestion, qui tentent d'imposer au sujet que son besoin étant satisfait, il n'a plus qu'à en être content (20). Lacan appelle « ligne de la suggestion » ce qui s'articule sur le plan de la demande (21). Si nous reprenons notre exemple de tout à l'heure, ce serait : « je te demande de te faire mal ». Lacan la différencie de ce qu'il appelle la « ligne du transfert », qui est celle de l'articulation signifiante comme telle. Si l'analyste tend à faire se confondre les deux lignes, il y a identification à ce discours, discours qui se pare du pouvoir de satisfaire ou non comme la mère quand elle se faisait sujet de la frustration, à être celle qui refuse ou octroie. Si l'analyste maintient ouvert l'écart entre les deux lignes, s'ouvre alors pour le sujet le champ de son désir, car aucun discours ne vient comme objet de satisfaction et l'analysant peut à nouveau s'étonner des discours auxquels il s'était identifié. Pour ce faire, il suffit à l'analyste de montrer sa surprise devant l'articulation signifiante. Lacan ajoute que de toute façon aucune suggestion ne peut s'emparer totalement du sujet, que celui-ci résiste de toute façon par son désir de désir que rien ne pourra satisfaire. Le sujet en souffrance, face à la seule suggestion, entre en résistance, armé de son seul désir de désir, pour maintenir sa division jusqu'au seuil de la mort.

D'ailleurs, comme dit Lacan, la suggestion tire son efficacité du désir inconscient, à l'insu de celui qui croit en tirer son pouvoir. Lacan parle de la fonction du point brillant au niveau de l'objet a dans la boule de cristal (22). Le charlatanisme utilise le désir inconscient en faisant croire qu'il détient un pouvoir secret. La psychanalyse, au contraire, en mettant le savoir du côté de l'analysant, raccroche l'inconscient à la dimension de la vérité, sans laquelle, dit Lacan, toute interprétation n'est que suggestion, c'est-à-dire, pur effet de discours (23). C'est avec la notion d'acte psychanalytique que Lacan précise encore mieux les choses : « il y a du savoir incarné, sans que le sujet qui tient le discours en soit conscient....Le sujet apparaît comme effet de langage avec un psychanalyste » (24).

Il est intéressant de bien repérer ce qui est de l'ordre de la suggestion et du pur effet de discours. Dans la suggestion, quelque chose s'impose purement et simplement au sujet. La ligne d'horizon sur laquelle se base la suggestion, dit Lacan, est au niveau de la demande que fait le sujet par le seul fait qu'il est là (25). Ailleurs, Lacan dit que dès que vous mettez en champ deux sujets, les sentiments sont réciproques (26). Le transfert est cependant là en puissance, dans la possibilité de l'analyse de la suggestion (27). Nous ajouterions qu'il n'y a analyse que s'il y a incorporation. Dans la circulation sans borne des discours, circulation alimentée par les identifications à ces discours comme aux insignes auxquels l'enfant s'identifiait dans la pantomime de la mère (28) qui se faisait sujet de la demande, il ne peut y avoir arrêt, ponctuation, que s'il y a transitivity, comme quand il y avait une mère transitive pour ponctuer ces identifications d'un « mais c'est toi là ». Cette circulation automatique de signifiants nécessite l'interruption d'une surprise pour qu'elle ne mette pas au service de cette pantomime généralisée tous les sujets rencontrés. Cette surprise fait coupure dans le corps de la suggestion, cet ensemble de corps où la suggestion circule comme pur effet de discours sans que personne ne puisse s'incorporer quoi que ce soit. Cette surprise, cet étonnement devant le jeu du signifiant permet la supposition d'un savoir inconscient qui s'incarne dans la parole enfin adressée car entendue comme articulation signifiante.

Voyons maintenant ce que Jean Bergès dans ses écrits et son enseignement, disait dans son enseignement ou écrivait du rôle de la suggestion dans la relaxation thérapeutique (29).

- La présence rassurante du thérapeute participe à l'établissement de la relation (30). Cette simple présence engage le patient à faire la demande de s'engager dans la découverte de son propre corps. Il y a du transitivity quand par son attitude, le thérapeute montre un respect par rapport au corps de l'enfant comme définitivement méconnu pour lui. Il n'y a rien à voir et on ne s'empare pas du corps de l'enfant d'une manière ou d'une autre.
- L'entretien initial tel que l'a décrit Bergès se sert de la suggestion à des fins clairement transitives comme on peut l'entendre dans l'usage qu'il fait du « tu » : « La relaxation est une technique que tu viendras apprendre...tu t'entraîneras seul...c'est toi que cet entraînement concerne et tu comprends bien que si tu ne t'entraînes pas, personne ne le fera à ta place. Il s'agit d'une technique qui te permettra d'établir peu à peu de nouveaux circuits que les circuits habituels entre ton esprit et ton corps, c'est-à-dire de répondre différemment à la contrariété ou à l'émotion par exemple. Cela ne veut pas dire que tu vas être détendu du jour au lendemain ou que ton état de tension va disparaître d'un seul coup car cela signifierait qu'il ne te sert à rien. Or il est bien évident qu'il a un sens pour toi, cet

état de tension. La relaxation va te permettre peu à peu de te sentir autrement, « d'avoir une autre corde à ton arc », d'échanger la vieille recette –l'état de tension- contre une nouvelle. Ce que je te propose, ce n'est pas d'obtenir à tout prix une « bonne » relaxation, mais d'être présent à ce qui se passe en toi pendant que tu te détends. Pendant les séances ici, je viendrai te mobiliser ; ce n'est pas un contrôle que je fais, mais c'est pour te permettre à toi de vérifier quelles sont les parties tendues et celles qui ne le sont plus.... » (31).

On retrouve dans ces paroles tous les caractères du transactivisme avec le forçage au symbolique, l'hypothèse d'un savoir chez l'enfant, l'anticipation d'un véritable Moi corporel de l'enfant qui peut s'identifier le discours qui lui est tenu à partir de ses propres éprouvés, un crédit fait aux compétences de l'enfant, un crédit fait à la demande de l'enfant et à ce que l'enfant demande ce discours et ce forçage.

- Les suggestions du thérapeute ne visent pas à faire un avec l'enfant. D'abord elles sont toujours désespérément les mêmes et proférées sur un ton neutre. Elles ne disent rien du désir du thérapeute qui ne s'engage pas narcissiquement. Rien à voir avec du coaching où l'on fait corps ensemble dans un même but.
- Les mots du thérapeute sont des invocations qui permettent de sortir du plan imaginaire où l'on cherche à convaincre, à imposer un idéal. Ils opèrent un forçage sans chercher à emporter l'adhésion.
- Le thérapeute ne se fait le relais d'aucune suggestion, d'aucune mise sous dépendance. En se montrant capable d'être différent de ce qui agit habituellement l'enfant, il met ainsi à distance l'angoisse, la crainte d'un jugement, la crainte d'un abandon. L'enfant peut ainsi s'ouvrir à un champ de rapport possible à un Autre.
- La place est donnée au corps avec ce qui peut créer la surprise, l'imprévu, sa réalité qui retrouve une indépendance par rapport à l'imaginaire, son existence symbolique que l'on peut nommer, sa présence réelle qui déborde l'enfant sans qu'elle soit forcément persécutrice, ou si elle apparaît telle, ce sera sur fond de ce qu'elle pourrait être autrement.
- Le discours du thérapeute fournit les formules qui viennent constituer une représentation d'unité, de solidité au corps au lieu et place des phantasmes désorganisateur (32). Un Moi corporel doublé d'une représentation qui le symbolise inscrit l'enfant dans le symbolique.

- Le projet suggéré crée une distance entre ce qui est suggéré et ce qui est éprouvé, distance parcourue par des images (33). La relaxation possède ainsi une véritable fonction imageante (34). Le corps peut être à nouveau le lieu d'une activité fantasmatique au lieu d'être figé dans l'imaginaire.
- Il est suggéré de rendre le corps présent, de le situer comme critère actuel et solide (35). Le corps n'est pas seulement qualifié et imaginé mais l'écho de sa présence réelle est renvoyé par le toucher et la mobilisation. Là aussi, c'est la discrétion de cette intervention qui n'enferme pas l'enfant dans une dépendance aux sensations qu'elle procure. Ce n'est pas le contact réel avec le thérapeute qui est recherché mais la confrontation entre les différents registres réel, imaginaire et symbolique qui ouvre à la division et à la méconnaissance dont le corps tire sa permanence.
- Enfin, il est suggéré à l'enfant non pas de s'auto-suggérer mais d'avoir délégation d'un pouvoir thérapeutique. La suggestion est alors créatrice d'une conquête de l'identité à travers la reconnaissance par le thérapeute de l'autonomie du sujet (36).

Cette délégation, en soulignant la disparité entre le thérapeute et le patient, signe le caractère transitive de l'usage de la suggestion dans la relaxation, suggestion qui n'a rien d'hypnotique et qui n'est pas non plus un discours comme-un. Les compétences reconnues au corps l'engagent dans son inscription dans le symbolique, pour en faire un corps doué de parole, qui connaît donc la limite et le manque sur fond de méconnaissance.

Notes :

- 1) BERGES J., BOUNES M.; « La relaxation thérapeutique chez l'enfant », Masson, Paris, 1974.
- 2) LACAN J.; séminaire « Le désir et son interprétation », leçon du 13 mai 1959.
- 3) LACAN J.; séminaire « Le moment de conclure », leçon du 15 novembre 1977.
- 4) FREUD S.; « Suggestion et libido » dans « Psychologie collective et analyse du moi ».
- 5) LACAN J.; séminaire « L'acte psychanalytique », leçon du 13 mars 1968.

- 6) LACAN J., 1936; « Le stade du miroir comme formateur de la fonction du Je ».
- 7) BERGES J., BALBO G.; « Jeu des places de la mère et de l'enfant. Essai sur le transactivisme », érès, 1998.
- 8) BERGES J., BALBO G.; « Psychothérapies d'enfant, enfants en psychanalyse », érès 2004, chapitres : « Poinçon, ponctuation, construction » et « Persuasion et suggestion ».
- 9) BERGES, BALBO; « Jeu des places... », p 15.
- 10) Ibid, p 10.
- 11) Ibid, p 12.
- 12) Ibid, p 23.
- 13) LACAN J.; séminaire « Les psychoses », leçons des 13 juin 1956, 20 juin 1956 et 27 juin 1956 ; séminaire « Les formations de l'inconscient », leçon du 8 janvier 1958 ; séminaire « Le désir et son interprétation », leçon du 19 novembre 1958 ; séminaire « L'objet de la psychanalyse », leçon du 5 janvier 1966.
- 14) ARASSE D.; « L'invention de la perspective » dans « Histoires de peintures », éditions Denoël. 2004.
- 15) LACAN J.; séminaire « Les psychoses », leçon du 13 juin 1956.
- 16) BERGES, BALBO; « Jeu des places... », p 41.
- 17) LACAN J.; séminaire « Les écrits techniques », leçon du 27 janvier 1954.
- 18) LACAN J.; op. cité note 3.
- 19) LACAN J.; séminaire « Les formations de l'inconscient », leçon du 4 juin 1958.
- 20) LACAN J.; séminaire « Le transfert », leçon du 15 mars 1961.
- 21) LACAN J.; op. cité note 19.
- 22) LACAN J.; séminaire « Les problèmes cruciaux de la psychanalyse », leçon du 17 mars 1965.
- 23) LACAN J.; séminaire « La logique du fantasme », leçon du 21 juin 1967.

24) LACAN J.; op. cité note 8.

25) LACAN J.; op. cité note 19.

26) LACAN J.; op. cité note 17.

27) LACAN J.; op. cité note 19.

28) Ibid.

29) BERGES J., BOUNES M.; “La relaxation thérapeutique chez l’enfant”.

30) Ibid p 2.

31) Ibid p 10.

32) Ibid p 159.

33) Ibid p 160.

34) Ibid p 186.

35) Ibid p 183.

36) Ibid p 161.