

## LA PSYCHANALYSE N'EST PAS UN TRAVAIL SUR SOI

À propos de la métaphore mécanique dans l'invention freudienne

Danièle Lévy

L'Harmattan | « Che vuoi ? »

2003/1 N° 19 | pages 183 à 202

ISSN 0994-2424

ISBN 2747546926

Article disponible en ligne à l'adresse :

-----  
<https://www.cairn.inforevue-che-vuoi-1-2003-1-page-183.htm>  
-----

Distribution électronique Cairn.info pour L'Harmattan.

© L'Harmattan. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

# Sublimer pour vivre

# La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

## A propos de la métaphore machinique dans l'invention freudienne<sup>1</sup>

---

*Danièle Lévy*

*De la pensée, c'est-à-dire, quelque chose  
dont l'existence s'impose à qui ne l'a pas  
pensé.*

Jean Claude Milner, *L'œuvre claire*

Le terme de « travail sur soi » est devenu un lieu commun. Il désigne l'éventualité d'une psychothérapie, ou d'une psychanalyse au petit pied, avec tous les bémols qu'il faut pour exprimer réserves et réticences. Que nous dit cette banalisation ?

Avant Freud, après aussi, il y a la psychothérapie. La psychanalyse est apparue sur ce terrain, qu'elle a profondément remanié. Mais comme le lierre recouvre l'arbre, l'équivoque subsiste ou plutôt, repousse. Lacan nous en avait libérés en établissant sur des bases nouvelles la spécificité de l'acte analytique. Ce moment lacanien est révolu : de nouveau, sous la forme du signifiant « psy », le brouillard médico-psychologique recouvre le champ d'activité du psychanalyste.

Quel est ce contexte de la psychothérapie sur lequel l'invention de la psychanalyse va trancher ? En 1895, tout est déjà là, à peu près comme aujourd'hui.

### LE CONTEXTE PSYCHOTHÉRAPIQUE

Au départ, le terme de psychothérapie désigne l'usage d'un moyen non-médical pour obtenir un résultat thérapeutique. Moyen non médical : l'hypnose, la suggestion, comme par ailleurs les incantations, le magnétisme, le traitement moral, etc. Pas de médicament, rien de la pharmacopée, pas de geste médical, pas ou peu de soin au

corps. L'effet thérapeutique est entendu au sens large : il se décrit en termes de mieux-être, fin de la plainte, retour d'un fonctionnement normal et souhaitable. Paradigme de cette guérison : la levée d'un symptôme qui empêchait de vivre.

Ce moyen est utilisé bien qu'on ne comprenne pas comment il agit : d'où des essais de conceptualisation réitérés, suivant la rationalité de l'époque. Celui qui nous intéresse rassemble, à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, médecins et philosophes d'Europe et d'Amérique – et même de quelques contrées exotiques – autour de la pratique et du terme d'hypnose. De ces débats naissent plusieurs branches nouvelles du savoir : neurologie, psychologie, psychiatrie, diverses pratiques psychothérapeutiques, ainsi que la psychanalyse<sup>2</sup>.

L'alternative « physique ou psychique ? » est déjà là. Côté médical, physiologique, il y a Charcot dans sa Salpêtrière, tandis que Bernheim et l'École de Nancy se tiennent plutôt sur le versant psychologique.

A la Salpêtrière, l'hypnose est utilisée dans un but expérimental : censée reproduire artificiellement l'état hystérique, elle permet de l'étudier. Les paralysies hystériques se déplacent d'un lieu du corps à l'autre, au contact de l'aimant ou de la longue badine du Professeur ; c'est ce qu'on appelle des « transferts ». Pour Charcot, l'hystérie est une maladie. Elle doit se caractériser par un mode particulier de l'innervation, qui expliquerait à la fois la sensibilité de l'hystérique à l'hypnose et les traits remarquables des symptômes : mobilité, polymorphisme, etc. Pour la guérir, il faudrait d'abord identifier cette anomalie du système nerveux. En l'absence de résultats anatomo-physiologiques, on aura recours à l'hypnose pour explorer la maladie du point de vue fonctionnel. A la Salpêtrière, on n'utilise guère l'hypnose pour réduire les symptômes : la recherche l'emporte sur la thérapeutique.

L'École de Nancy inaugure une position beaucoup plus pragmatique : la théorie s'élabore à partir des succès et des échecs de la pratique thérapeutique. C'est d'ailleurs de là que le terme de psychothérapie prend son envol<sup>3</sup>.

Cette pratique thérapeutique est issue du courant magnétique, qui s'est perpétué en se métamorphosant tout au long du XIX<sup>e</sup> siècle. Exclu des recherches officielles par les deux condamnations de l'Académie de médecine (1787, 1824), dont la dernière interdit à tout jamais aux médecins de proposer un tel objet à l'attention du corps médical, ce courant a cependant suscité l'intérêt de cerveaux non négligeables et diffulé dans les milieux sociaux les plus divers. Après 1820, chez les lettrés, plus personne ne se soucie du fluide magnétique, mais les pratiques subsistent et évoluent, donnant lieu à des descriptions cliniques impressionnantes : le désir, les processus

## La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

inconscients avec leurs déplacements, la fonction du rêve, la « psychosomatique », le transfert, même le désir du thérapeute, tout est là, il ne manque qu'un lecteur. Parallèlement, les pratiques dites « somnambuliques » se transmettent en sous-main dans les internats de médecine.

C'est ce courant qui fait retour dans la médecine, à Paris comme à Vienne, à Bruxelles comme à Concorde (chez les James, par exemple). A Nancy, voyant opérer un médecin guérisseur nommé Liébault, Bernheim se souvient des vertus de l'injonction thérapeutique dont il a eu démonstration lors de ses études de médecine à Strasbourg. Contrairement à Charcot, il ne considère pas l'hypnose comme un phénomène particulièrement intéressant. Il part de ce que Charcot laisse de côté, le phénomène de suggestion, et soutient qu'avec ou sans hypnose, c'est la suggestion qui agit. La puissance de la suggestion est un phénomène universel, qui doit être expliqué. Il va s'y attaquer avec une conceptualisation bien plus proche du bon sens populaire que de la méthode anatomo-pathologique. Par exemple, la notion d'*idéodynamisme* : toute idée tend naturellement à se réaliser. « L'idée qu'on a des puces produit des démangeaisons, l'idée d'un met délicieux donne faim. » Lorsque l'idée ne se réalise pas, c'est qu'il y a inhibition : le sujet y résiste, et pour des raisons qui lui sont propres.

Certes, Bernheim écrit que les idées logent dans le cerveau, mais les concepts qu'il invente sont bel et bien d'ordre psychologique et même, psychosocial. Tel cet autre, la « *crédibilité* », qui incite chacun à croire ce qu'on lui dit. Comment vivrait-on s'il fallait vérifier par soi-même que le printemps succèdera à l'hiver et l'automne à l'été, que le lait vient des vaches et que c'est le même qui s'achète chez le laitier ? etc. Inspirées par sa pratique « psychothérapeutique », ces notions lui permettent en retour de l'affiner, lui donnant des accents très modernes. Par exemple, contourner la résistance en évitant de la susciter, en opérant par des voies indirectes.

A la fin de sa carrière, il confessera que la suggestion est bien plus active avec les pauvres de l'hôpital, ignorants et habitués à obéir, qu'avec ses riches clients accourus du monde entier, instruits, sophistiqués et... habitués à commander. Certes, il ne fait pas grand cas de la parole, simple véhicule des idées. On n'en est pas encore au pouvoir de la parole, mais déjà au pouvoir de la parole du pouvoir, ce que Charcot, dans sa volonté de savoir le corps, ne considérait pas.

Cette conception du langage comme un pur moyen sans consistance propre, un outil à tout faire, *insignifiant* car d'une docilité infinie, est extraordinairement résistante. Aujourd'hui encore, l'idée que la parole soit inscrite dans le langage soulève les plus extrêmes

réserves, y compris de la part de psychanalystes confirmés – ceux qui se disent non-lacaniens. Il y a là une résistance aussi mystérieuse qu'entêtée, ayant certainement une pluralité de raisons.

Le Docteur Freud, un neuro-pathologue viennois, prend part à ces grands débats de l'époque. Faut-il rappeler qu'il les répercute aux lecteurs de langue allemande en traduisant Bernheim et Charcot ? Mais déjà, il n'est pas d'accord avec les termes de la discussion.

Il soutient que la suggestion est partie intégrante de la pratique médicale : dans tout effet thérapeutique, il y a une part d'action psychologique. Tous les médecins le savent, leur pratique inclut de tels procédés, ne serait-ce que la prescription. L'usage immémorial du placebo n'en est-il pas une preuve ? Il serait hypocrite de le nier. La spécificité de la psychothérapie, s'il y en a une, ne réside donc pas dans la suggestion.

Concernant la mobilité des symptômes, il remarque que les paralysies hystériques ne suivent pas les découpages de l'anatomie mais ceux de la langue : le bras, la jambe, le côté, etc. Les deux langues, celle de la science médicale et celle du parler, ne sont pas exactement traduisibles l'une dans l'autre. Autrement dit : le découpage entre physique et psychologique n'est pas situé au bon endroit ; il faut le repenser à la lumière de l'expérience clinique.

Là où le pouvoir de faire occultait l'ignorance des raisons, un champ de recherche s'ouvre.

#### LA PSYCHOTHÉRAPIE FREUDIENNE ET L'APPAREIL PSYCHIQUE

C'est pourtant bien la guérison que Freud recherche en explorant différents usages de l'hypnose. Mais dès le départ, il y a autre chose.

#### *L'hypnose dans la psychothérapie*

Comme bien d'autres, Freud a d'abord recours à l'hypnose pour réduire le symptôme par une injonction – une interdiction, dit-il. Mais constatant ses limites, il tente d'en rendre compte cliniquement et admet chez le malade l'existence d'une « contre-volonté »<sup>4</sup>. Avec la catharsis, le rôle de l'hypnose change ; comme chez Charcot, elle intervient comme moyen d'exploration, mais cette fois de l'histoire du sujet lorsque la remémoration consciente fait défaut. L'effet thérapeutique résulte du processus, ce n'est pas le médecin qui l'opère. Il ne rejettera finalement l'hypnose que quand il s'apercevra qu'elle n'est pas nécessaire à la remémoration.

Bien sûr, s'il avait été un hypnotiseur irrésistible, Freud n'aurait sans doute pas éprouvé la nécessité de trouver autre chose : c'est ce

## La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

qui arrive à tous les hypnotiseurs convaincus. Heureusement, Freud n'était pas un mage. Pour quelles raisons abandonne-t-il l'hypnose ? Il ne suffit pas qu'une hystérique lui dise : taisez-vous, laissez-moi parler, lui apportant ainsi l'occasion d'une clinique nouvelle. Il y a aussi que dans la recherche de la réminiscence dont elle « souffre », un « petit stratagème » suffit à remplacer « l'état de conscience modifié » : il met la main sur le front du malade allongé et lui demande à quoi s'associe « dans sa tête » ce qu'il vient de dire<sup>5</sup>. La règle associative est là, il suffira d'enlever la main.

D'où viennent les associations, qu'est ce qui commande leur succession ? Freud répond par ce qu'il constate : l'histoire érotique du sujet dans son rapport à l'Autre. Lacan ajoutera, se fiant à la méthode : la parole, en tant qu'elle ressortit au domaine du langage.

Petit stratagème, grandes conséquences. Non seulement l'hypnose devient inutile, mais les théories qui s'en inspiraient ne tiennent plus. Là où les hypnotiseurs parlaient de clivage de la personnalité, la pratique associative démontre la division du sujet. Peu après, c'est l'assimilation de la division subjective à une pathologie qui sera formellement contestée : l'existence de « représentations qui ne peuvent pas devenir conscientes » malgré leur force<sup>6</sup> ne caractérise pas l'hystérie, elle vaut pour chacun.

Dans tous les cas, la résistance suit.

### *Désir et méthodologie*

Autrement dit, c'est une découverte méthodologique qui ouvre la porte de la psychanalyse. Les « puissants processus inconscients » dont Freud, comme bien d'autres, constatait l'existence, il ne se contente pas de les utiliser comme font médecins et psychothérapeutes, empiriquement. Il ne se présente pas comme l'inventeur d'une nouvelle méthode thérapeutique, éventuellement assortie d'une thèse sur l'étiologie de certaines pathologies. Il lui faut les situer, en décrire la genèse, les propriétés, les effets physiques et psychiques.

Tout cela ne se révèle que dans certaines conditions, que l'élaboration progressive de la méthode va préciser : une parole libre, ce qui implique pour le malade d'avoir trouvé quelqu'un à qui l'adresser. Et un moyen de dépasser la résistance : la règle associative, puis l'identification du phénomène de transfert. La situation hypnotique écrase ces conditions : certes, l'hypnose va droit au but, mais elle court-circuite le chemin. Or, c'est du cheminement que viendront les découvertes. La psychanalyse, c'est l'ensemble des implications de la méthode découverte par Freud : quels en sont les effets, comment se produisent-ils ? Comment concevoir le champ dans lequel une telle

méthode est applicable et donne de tels résultats ? On a reconnu une démarche de type scientifique.

Sa découverte impose un renouvellement des concepts comme de la pratique. Voilà qui tombe à pic : il se voyait explorateur, conquistador, prêt à aller jusque dans l'Achéron chercher sa terre inconnue pour en fournir la cartographie et décrire les mœurs indigènes. Dans cette démarche scientifique, c'est son désir qui s'engage. Faire abstraction autant que possible de tout préjugé, s'abstraire de soi-même : du désir sublimé. Penser, mais penser le réel, découvrir la logique interne des phénomènes observés. Sans ignorer son propre rôle dans cette logique.

Le souci de la guérison est-il abandonné avec le pragmatisme ? Au contraire. Toutes les évolutions ultérieures résultent du même souci : obtenir la guérison par la voie ainsi découverte. La guérison va de pair avec le retour du sujet à la réalité. Mais la réalité s'est enrichie d'une nouvelle dimension : la réalité psychique.

### *L'appareil psychique*

L'idée d'un « appareil psychique » représente provisoirement ce pan de la réalité. Ce qu'on appelle « psychique » est comparable à un appareil photo : quelque chose y entre, autre chose en sort. Entre l'entrée et la sortie, il y a eu transformation, c'est-à-dire des mécanismes activés par une énergie et produisant un travail. Mais ce sera une machine paradoxale.

Qu'est-ce qui y entre ? De l'énergie, des excitations. Qu'est-ce qui en sort ? d'un côté des paroles, de l'autre des actes, des comportements. Dans les textes freudiens, la distinction n'est pas nettement marquée ; au contraire la continuité de la parole et de l'acte est à la base de l'observation psychanalytique. Il faudra Lacan pour s'aviser que la cure, d'une part les sépare en interdisant l'acte, d'autre part pose en principe leur équivalence : tout acte a valeur de parole et réciproquement, la parole – ou son absence – a valeur d'acte.

A quoi sert l'appareil ? à réduire les tensions. La chute de la tension s'accompagnant d'une sensation de plaisir, l'appareil sert à produire du plaisir. Encore faut-il que la satisfaction soit réelle, qu'elle apaise effectivement le corps. Laissé à lui-même, le psychisme ne produit que des satisfactions hallucinatoires. Aucune vertu adaptative dans cet appareil. Il se complexifie sous la pression des accroissements de tension que ses échecs n'écarterent pas. L'excitation déborde alors les barrières et emprunte de nouvelles voies, comme lors d'une inondation ; parfois, au hasard d'une rencontre, elle trouve une issue plus ou moins propre à résoudre les tensions : nouvelle fixation possible pour la répétition. La machine à plaisir ne produit que des

## La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

illusions. C'est là, dans ce monde des objets fictionnels, que Lacan découvrira à l'œuvre le langage, resituant comme un des effets de sa prise sur l'humain ce que Freud a repéré autrement, la terrible pulsion de mort.

En scientifique convaincu, mais avec une audace inouïe, Freud applique donc le modèle mécanique au monde de l'esprit. Qui plus est, en posant que ce fonctionnement de l'esprit exerce un pouvoir direct sur les corps et les actes, indépendamment de tout alibi biologique. La physiologie suivra, ne cesse-t-il de dire. Suit-elle aujourd'hui ? Nous devrions nous intéresser à la cette question.

Le point d'application au corps est lui aussi précisé : il s'agit de tout ce qui est d'ordre érotique : ce qui concerne le désir, ce qui fait agir, la relation à l'autre et la relation d'objet, la sortie vers la réalité. La réalité psychique est par nature liée à la relation à l'autre.

L'influence du paradigme scientifique de l'époque suffit-elle à expliquer une représentation si paradoxale ? C'est depuis toujours que la science se branche sur le modèle d'une machine pour penser un ordre de phénomènes. Les technologies changent, et avec elles les façons de penser : l'ordinateur répond à une autre logique que le moulin à eau. Mais la référence mécanique reste. Pourquoi ? parce qu'elle tient en respect l'opinion pour faire place à l'autonomie des phénomènes.

Lacan remarque encore ceci, qui ramène l'appareil du côté de la clinique : c'est l'insistance obstinée de la répétition, sourde et aveugle à toute autorité comme à tout raisonnement, qui impose l'idée d'une machine. C'est l'objet étudié qui donne le sentiment d'un automatisme.

Cet appareil psychique, c'est une création de la sublimation. Il fait exister dans la culture un objet nouveau, autonome, que Freud appelle « psychique » et que Lacan, parfois, nommera « mental ».

### *Réfutations et résistances*

A cause de cette mystérieuse exigence : penser le réel, Freud prend le contre-pied des évidences sensibles et des opinions les plus répandues, chez les hommes de bon sens comme chez les hommes de science. Il démontre que leurs thèses ne résistent ni à un examen attentif des faits, ni à l'épreuve de la cohérence conceptuelle. Il met en évidence le préjugé qui les aveugle : une croyance irraisonnée à l'identité de la conscience, de la perception et de la pensée. Un préjugé que chacun reconduit inlassablement car il est nous est consubstantiel.

On ne cesse d'oublier cette réfutation freudienne. Les mêmes préjugés sont de nouveau admis sans critique : côté médical, la mise entre parenthèses des ressorts dits psychologiques. Côté psychologique, la croyance à une catégorie dite « psychophysique », ou psychosomatique, alors que ce que Freud démontre est l'existence, en plus et à côté de la causalité matérielle, d'un autre ordre de causalité qu'il appelle « psychique ». Que ces deux ordres de causalité s'appliquent en un même lieu, le corps parlant, ne permet pas pour autant de conclure à leur unité. La « psychosomatique » est certes une réalité empirique, mais elle suppose résolue une question qu'on s'interdit de poser : comment le corps et l'esprit s'articulent-ils ?

La mouture cognitivisme du préjugé psychologique et psychophysique impose une précision supplémentaire. Le cognitivisme est une version de la pensée utilitariste, dont Lacan définit l'opération comme suit : parmi les phénomènes observables de la civilisation et des comportements des hommes, je prélève ceux qui sont de l'ordre de l'utile, définis par l'idée d'un bien commun, et je décide de ne prendre en considération que ceux-là. Les autres, s'ils insistent, seront nommés pathologiques et confiés à des spécialistes de la réduction. Niée ici, la division du sujet diffracte là.

Lacan pour sa part ne récuse pas le modèle machinique, il le travaille. Puisque automatisme il y a, à quel type de logique le fonctionnement psychique est-il comparable. De la cybernétique à la linguistique, de la théorie des jeux à la topologie, il essaiera plusieurs modèles, toujours pour dégager un écart grâce auquel la psychanalyse et ses implications se définiront plus finement. A la fin, le nœud borroméen s'avèrera le plus convaincant pour donner forme aux conséquences du fait que *les trumains* des deux sexes parlent. Comme la pratique analytique, le nœud n'a rien d'évident ; une exploration manuelle est indispensable et même alors, sa mise à plat requiert un travail héroïque... C'est la dialectique entre une pratique difficilement pensable et un modèle extérieur, autonome, qui fait avancer.

### *Le sujet dans l'appareil*

Il s'agit donc, avec le psychisme, d'autre chose que de l'être sujet : il s'agit du devenir des excitations, des voies de la recherche du plaisir, de sa difficulté et de ses échecs. Il s'agit de l'activité du désir. L'appareil psychique, interface entre l'organisme « sujet » et la réalité extérieure, recherche « l'action adéquate », celle qui induirait la sensation de plaisir en le libérant d'une tension excessive. Mais comme l'homme qui ne cherche ses clefs que là où il y a de la lumière, il ne peut se guider que sur ses propres circuits. Les frayages préalables déterminent ce qu'il peut ou ne peut pas reconnaître

## La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

comme action adéquate. Les résultats s'évaluent en termes de plaisir ou déplaisir : c'est là que le moi se reconnaît, ou pas. Conscience de soi, vécu, sentiment d'être, expression, connaissance, etc. résultent du plaisir ou du déplaisir, ils ne sont pas moteurs. C'est le désir qui fonctionne. Qu'il convienne ou non au « moi », c'est une question secondaire. Le moi est une partie du psychisme, un effet de son fonctionnement, il ne le subsume pas.

La souffrance n'est pas non plus entendue par le psychanalyste comme ce dont le patient se plaint, infortune réelle ou imaginaire dont il voudrait être délivré ou consolé. La douleur, c'est l'impossibilité de fuir, dira Lacan. L'impossibilité d'agir. L'enfermement. On parlerait plutôt de souffrance de l'appareil : tensions excessives, stases et varices, mouvements contradictoires, tourbillons, reflux et mauvaises rencontres, d'où résultent des actions inadéquates. L'appareil ne peut que dysfonctionner. Avant Freud, personne n'avait eu l'audace de penser un tel objet, une machine à rater. Des artistes reprendront l'idée.

Le but de la psychanalyse n'est pas non plus cette assomption de soi dont rêve celui qui se supporte mal. Il ne s'agit pas de retrouver l'intégrité, la sérénité, la normalité, ou la puissance perdue. Il s'agit de modifier les trajets de l'excitation le long des tuyaux : moins d'énergie perdue en défenses ou en symptômes, réouverture de passages obturés ou encrassés ; ou au contraire, détournement des énergies qui allaient trop directement vers la sortie des actes (plaisir solitaire) au détriment des voies longues de la parole et de l'échange, de la fatigue et de l'échec. Ces voies détournées impliquent à la fois l'autre comme parlant et l'épreuve de la réalité, en d'autres termes, la distinction entre impuissance et impossibilité : encore une trouvaille de la lecture lacanienne de la psychanalyse freudienne.

Cet appareil psychique peut-il être dit un « soi » ? Il y a deux définitions du « soi », et elles sont contradictoires. En immunologie, le soi est ce qui se reconnaît et rejette ou détruit le non-soi. En psychologie, ce serait plutôt le contraire : le soi est ce que le moi ignore de lui-même, ce qu'il ne reconnaît pas et qui est quand même « soi », un reste. Je suppose que cette idée du « soi » est un résultat du travail psychique qui, invariablement, découvre de l'inconnu et le reconnaît comme sien. La psychothérapie est une des formes de ce travail psychique, il y en a mille autres : littérature, autobiographie, vie spirituelle, confidences, etc. Si ce travail qui donne l'impression d'une découverte de soi avait une fin, il y aurait un soi. La psychanalyse découvrira qu'il ne peut pas y avoir de fin : ce travail, c'est le fonctionnement normal de l'appareil. Il y a un problème, perçu ou non, là où il ne se fait pas.

Si l'on admet comme noyau subjectif le fantasme, l'appareillage construit autour sera encore moins de l'ordre du soi puisque le fantasme est un rapport à de l'autre : il met en scène la configuration qui produirait la jouissance. Le sujet peut y occuper n'importe quelle place, seule la fascination est constante.

Le « soi » est un sentiment, un autre nom pour le principe de plaisir ; comme entité, il n'a pas de consistance.

#### LE TRAVAIL DE LA PAROLE

Sur quoi alors porte le travail psychanalytique ? Il y a bien un travail, mais il ne porte pas sur « soi », bien qu'il puisse susciter ce sentiment. La psychanalyse n'est pas réflexive. Ce qu'il y a de spécifique au travail analytique met en jeu, invariablement, du « non-soi ». Le non-soi est l'autre face de la même illusion « soïque », sa face de résistance. Il s'agit en effet, dans l'analyse, de ce à propos de quoi je ne peux m'empêcher de dire, de toutes les façons imaginables : « ça, ce n'est pas moi ».

Or, l'expression « travail sur soi » a des implications pratiques immédiates : c'est précisément ce au nom de quoi je ne parlerai pas de ce qui ne me regarde pas : je ne vais pas faire l'analyse de ma mère, donner le nom de mon fournisseur de shit, critiquer mon frère, ma copine ou mon analyste. Chacun fait ce qu'il veut, moi, c'est moi, si je ne suis pas content, je cherche ailleurs, etc. C'est une forme actuelle de la résistance, une fausse séparation.

Autrement dit, le « travail sur soi » détourne la règle fondamentale, tout comme le sentiment amoureux, positif ou négatif, détourne la réalité du transfert. Le patient parle à sa manière, il fait son métier de patient, mais l'analyste ne peut pas souscrire à ces méconnaissances car la règle fondamentale et le transfert fondent sa pratique.

#### *La règle associative : de la libre parole à la règle fondamentale*

Pour reprendre la métaphore de l'usine à fluide, disons que le dispositif analytique consiste à fermer, au moins pour le temps répété des séances, la sortie des actes et à ouvrir au maximum celle des paroles. Un processus complexe se met alors en route. Ce processus a des effets psychothérapeutiques : des douleurs s'atténuent ou disparaissent, des comportements se modifient, un agréable sentiment d'appropriation de soi valorise le lieu de la parole.

Mais il y a d'autres phénomènes, moins évidents. Celui qui les néglige assimile l'analyse à un « travail sur soi ».

L'un est l'engagement de l'analysant dans le processus analytique ; engagement qui ne se confond pas avec une dépendance, même

## La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

quand il se présente sous cette forme. L'avenir montrera que c'est le désir qui se transfère en ce lieu. Un autre, une certaine mobilité retrouvée : même si rien n'est changé, la plainte est moins lancinante, le symptôme moins pesant. Le sujet ne s'identifie plus à son symptôme, dit-on : il est donc en train d'installer ses pénates ailleurs. Quant aux résultats, ils ne se limitent pas aux effets thérapeutiques. La psychanalyse a inventé une guérison autre.

Plus généralement, c'est la « faisabilité » du processus analytique qui est incompréhensible dans les termes auxquels se réfère la notion de psychothérapie. Dans l'univers de la psychothérapie plus encore que dans celui du sens commun, la psychanalyse est littéralement inconcevable. L'inverse n'est pas vrai : la psychanalyse a les moyens de comprendre ce qui se joue dans une psychothérapie, et ce qui ne s'y joue pas, du point de vue théorique comme du point de vue méthodologique.

Un élément cependant brouille les cartes : depuis Freud, la parole est entrée dans la psychothérapie. C'est la nouveauté par rapport à la situation de 1895. Les effets bénéfiques de la libre parole ont été reconnus et intégrés officiellement dans l'arsenal thérapeutique. Leurs limites aussi ont été constatées : il y a ceux des plaignants qui ne souhaitent pas ou ne peuvent pas parler, ceux qui parlent sans guérir pour autant parce qu'ils s'enferment dans un transfert. Il y a aussi les embarquements passionnels, reconnus depuis toujours : les directeurs de conscience apprennent à les détourner, les magnétiseurs à les exploiter, les psychothérapeutes s'en défendent. Méfiance.

De ces limites et de ces échecs, seul Freud a su rendre raison en y repérant les avatars du phénomène transférentiel. En d'autres termes : tout ce qui met en jeu le sujet et le désir se déroule dans un contexte passionnel.

Le psychothérapeute dit : puisque la parole ne donne pas satisfaction, essayons autre chose. Certes, ce sont les psychanalystes qui ont attiré l'attention sur les effets bénéfiques d'une pratique libre et confiante de la parole. Ils ne l'ont pas inventé ; tout le monde le savait, sauf les professionnels de la thérapie. Mais le ressort de l'action spécifiquement psychanalytique se situe au-delà de la libre parole. La pratique analytique repose en effet sur une règle qui n'est pas dite pour rien fondamentale. Ce n'est pas non plus par hasard que la règle associative, comme d'autres éléments du cadre, soulève aujourd'hui la plus grande résistance.

Le point crucial, ce sont les *Einfälle*, idées, épisodes ou sentiments incidents qu'on écarte automatiquement car ils « n'ont rien à voir », paraissent sans intérêt et de plus, embarrassants. Les *Einfälle*, c'est de l'étranger qui fait irruption : de l'histoire, de la langue, du social, du

corps... « L'inconscient se lit d'abord dans l'autre », souligne Lacan. La réaction la plus probante, le signe le plus sûr que nous avons touché juste, dit Freud, c'est lorsque le patient exprime sa surprise en disant : « Cela, je n'y avais jamais pensé. » La psychanalyse fait du sujet avec de l'étranger.

Il n'y a pas d'analyse sans cette « passe », cette expérience que le hors sens, le peu de sens, la perte du sens mènent à quelque chose : un au-delà du soi qui est « plus en moi que moi-même », pour reprendre une expression que Lacan emprunte à un Père de l'Eglise, remettant du même coup le sentiment religieux à sa place : un lieu pour la logique inconsciente.

Ce moment est un tournant : à partir de là va se déployer un sujet nouveau. Nouveau en ce qu'il n'est pas identique au moi tout en lui faisant sa place : le je, sujet du désir, en rapport avec sa dimension inconsciente. Un moi devenu poreux (Freud). La pratique de la règle fondamentale ouvre sur une catégorie psychique à peu près insoupçonnable en dehors d'elle : l'insu.

Du temps de Freud, semble-t-il, le psychanalyste demandait au patient de s'engager à pratiquer cette règle du « dire tout ». Il était fort du transfert au médecin. Aujourd'hui, une telle règle résonne le plus souvent comme une injonction rédhibitoire. Comment renoncer à contrôler ses paroles, à décider soi-même de ce qui est bien ou mal, intéressant ou « nul », agréable ou désagréable, possible ou impossible ? Le principe de plaisir est battu en brèche, le moi est écorné. Il y a de quoi attraper le vertige, notamment de nos jours, le vertige totalitaire. Comment se fier à l'autre ? Le transfert met en acte cette question sous sa forme la plus générale, celle du rapport à l'autre.

A l'analyste, donc, de faire en sorte que les pensées censurées reviennent à leur place. Une intervention interprétative ouvre au patient un territoire nouveau où situer son être et suscite du même coup un sujet supposé savoir inédit. L'application de la règle est obtenue indirectement, en fonction de la situation transférentielle.

Naturellement, des franchissements analogues peuvent se produire dans toutes sortes de situations, même dans les psychothérapies. Tout dépend alors de la réaction de l'interlocuteur, du cas qu'il en fera. Il n'en reste pas moins vrai qu'un patient qui garde pour lui ses considérations intempestives ne peut pas se prétendre en analyse.

L'application de la règle associative n'est jamais que partielle, mais là où elle se produit, elle engendre des changements spécifiques. Ce simple fait récuse à la fois la prétention psychologique d'un sujet se

## La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

connaissant lui-même et le projet thérapeutique : proposer une méthode pour obtenir un résultat. Les effets propres à la psychanalyse ne se produisent qu'à la condition de renoncer à les viser directement pour laisser place à la réalité du fonctionnement psychique. C'est pourquoi on ne peut guère parler de technique. En revanche, il y a bien une méthode, même si aucun psychanalyste ne peut prétendre la maîtriser. Le psychanalyste n'est pas-tout psychanalyste.

L'écoute de l'analyste est elle aussi associative. Il écoute la parole du patient dans le langage : ses façons de dire et de ne pas dire, les séquences et les ruptures, les dominantes, les blocages, les retours et les évitements, les actes aussi. Il repère ce qui, de ses propres associations, doit être restitué à l'analysant.

Il écoute et intervient dans le transfert. Le transfert résulte de la principale propriété des motions inconscientes : leur capacité à se déplacer. Il ne se manifeste pas seulement dans les associations exprimées, mais aussi par des affects, des sensations, voire des malaises, qui touchent aussi bien le psychanalyste que le patient... Ces associations en acte que l'on nomme parfois contre-transfert, l'analyste a le devoir de les réintégrer dans le registre de la pensée articulée. Il ne faut que consentir à associer sans souci de vraisemblance au départ, l'acte à la parole, le réel au pensé, le personnel à l'étranger (en privilégiant l'étranger). A un moment ou à un autre surgit un nom pour ce dont, l'instant d'avant, l'absence pesait. Ce quelque chose, parfois simple geste, remet en route les voies associatives ordinaires, celles du récit et de l'expression.

En ce sens, pour le psychanalyste, l'association libre n'est pas seulement un devoir d'état mais la base du fonctionnement psychique, qui se confond ainsi avec la pensée.

Les repères conceptuels et méthodologiques propres à la psychanalyse ne viennent à leur place que sur le fond de ce fonctionnement psychique propre à la pratique psychanalytique. En son absence, ils portent à faux. Ainsi s'expliquent d'une part, la relative fermeture de nos associations... psychanalytiques ; d'autre part, les inévitables malentendus résultant de la non moins inévitable diffusion de la psychanalyse. Le profane – le sujet – réagit aux effets de sens, le psychanalyste les produit à condition d'y renoncer.

### *Le transfert*

Le transfert non plus n'est pas immédiatement perceptible. En tant que moteur, voire condition de la parole, il agit silencieusement. Lorsqu'il apparaît, il est vécu comme le comble de la réalité ; à ce

moment-là, il va à l'encontre du travail de parole. C'est un agir qui surgit « dans un moment de stagnation de la dialectique analytique » rappelle Lacan ; convenablement traité, il s'avèrera la mise en acte d'une formation de l'inconscient.

- *De l'amour au désir*

Admettons pour simplifier que le transfert se présente sous la forme de l'amour déclaré, bien que ce ne soit pas le cas le plus fréquent. Alcibiade, trop séduisant jeune homme, déclare devant témoins son amour à Socrate. En quoi celui-ci réagit-il en analyste ? Parce qu'il perçoit où va cette déclaration, faite pour séduire un jeune homme de l'assemblée. Et qu'il le dit. L'objet du désir du moment s'appelle Agathon, le beau, le bon. Alcibiade insistait sur l'*agalma*, objet précieux caché à l'intérieur du physique disgracieux de Socrate. Ses protestations d'amour étaient sincères, mais elles louchaient vers autre objet, précieux à un autre titre, non caché : il suffisait de suivre les regards...

L'idéalisation amoureuse a un noyau extérieur, une cause faite d'une texture autre : l'objet du désir. Il s'agit de désigner ce qui se cache au sein de l'amour. Une fois isolé dans sa valence de désir et nommé par son nom de *désirable* (le désirable n'est pas forcément aimable), l'objet résout les fixations œdipiennes. Alcibiade ira vers son destin. L'amour du parent se sépare de la satisfaction qui était, depuis toujours, attendue de lui en vain.

C'est donc en séparant le sujet de ce en quoi il se reconnaît le plus intimement, son histoire d'enfant, en l'écartant de ses blessures intimes et de ses jouissances secrètes que la psychanalyse le guérit. Elle le guérit de lui-même. Il devient sujet d'une autre façon, moins subjective.

La psychanalyse n'est pas un travail sur soi, mais sur la relation à l'autre, sur le lien. Ce qu'on était pour l'autre, ce qu'on aurait voulu être, ce qu'il aurait voulu qu'on soit pour lui, c'est cela qu'on appelait « soi-même ». L'éprouvé subjectif change de place. Il n'est plus le soi, idée d'un accomplissement de l'être, mais un Je, animé du mouvement d'un désir : heureux d'une réussite, atterré d'une perte ou marri d'une déception. Le Je fait sa place au principe de plaisir, il ne s'évalue plus à son aune. Le travail psychanalytique instaure une relation nouvelle entre le sujet et l'autre, entre le moi conscient et l'existence de la dimension inconsciente, entre le désir et la loi.

## La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

### - Du signifiant au langage

Par quel moyen s'opère cette transformation subjective ? C'est en restituant au récit et à l'usage de la parole leur dimension signifiante que le psychanalyste la rend possible. Qu'est-ce qui nous permet de conférer une telle importance au signifiant ?

Issu de la linguistique, ce terme change de sens en psychanalyse parce qu'il ne correspond pas à la même pratique. Le signifiant est à l'œuvre dans la pratique analytique. Il est ce qui vient nommer les absences pesantes, ce qui manque dans le discours pour le rapprocher du corps et décoder dans la plainte l'insistance d'un souhait. Les formations de l'inconscient que Freud décrit sous forme synthétique (scène primitive, fantasme fondamental, désir inconscient, fixation transférentielle), c'est par l'intermédiaire des signifiants que nous les repérons et que nous y répondons. C'est enfin ce qui revient au patient comme une forme générale subsumant mal-être, symptômes, répétitions et moteur de son action, et lui apparaît alors comme le contenu exilé de son moi.

Cette *formulation* ne prend qu'occasionnellement valeur de connaissance. C'est son effet dans la réalité qui est le plus frappant : elle ramène le sujet au désir, lui rend son énergie et limite les productions symptomatiques. Il gagne en liberté de pensée et en acuité de perception. De pouvoir nommer en termes de désir ce qui se présentait jusqu'alors comme un fatal nouage lui ouvre la porte de la singularité et, du même coup, de l'attention à l'autre.

Le transfert apparaît ainsi comme coextensif à la règle associative ; l'un et l'autre sont comme recto et verso, comme l'acte et la parole.

A partir de la règle associative, les propriétés du langage (la polysémie, les déplacements, les connexions phonématiques, mais aussi sa dimension structurelle d'adresse et d'échange) révèlent du lien là où l'examen de la réalité perçue ou vécue ne produisait que perplexité. Les opérations de liaison et de déliaison qui en résultent produisent des effets là où les techniques triviales échouent. C'est ce qui permet de soutenir qu'il y a une détermination de la réalité par le langage : de la réalité des corps et des actes. Personne n'a dit que c'était la seule détermination ; il y a l'histoire, il y a l'organique, le social... Mais il y a cette détermination, souvent là on ne l'attend pas.

Le terme de signifiant ne peut être que conservé parce que les mécanismes qu'il désigne sont ceux du langage. Remarquons d'ailleurs que cette dimension du signifiant est présente dans la vie et le parler quotidiens. Elle ne s'en évanouit, ou parfois s'emballe, que sur les points où un sujet est en proie à la pathologie : points de

méconnaissance, refoulement, forclusion, déni, points de souffrance psychique qui jamais ne font défaut. Trou dans le tissu de nomination.

#### LES LOIS NON-ÉCRITES DU LANGAGE

C'est donc en remettant en jeu la machinerie entière du langage que la psychanalyse introduit un abord nouveau du phénomène humain.

Parmi les « phénomènes à peu près inaccessibles autrement » que seule la méthode freudienne met en lumière figurent des lois. Elles ne sont pas écrites, elles vont de soi entre humains. Ce sont des règles de comportement qui spécifient une communauté et lui donnent une éthique. Mais dans le savoir de type scientifique, elles deviennent indiscernables. La réduction de la réalité à sa signification économique, version diabolique de l'utilitarisme, amenuise l'espace de leur mise en œuvre : au mieux, elles seront réduites à des besoins psychologiques.

La discipline analytique se fait une loi de la parole : il ne s'agit que de dire, de dire là où on serait porté à faire sans dire. Côté psychanalyste, il s'agit de déceler une parole là où elle n'est pas, là où se produit de l'insupportable.

Il ne s'ensuit pas que la parole puisse aller partout, ni que langage puisse tout dire. C'est peut-être pour cette raison que certains lui préfèrent d'autres formes symboliques ; par exemple celles, moins douteuses, de la symbolisation mathématique. Ou celles, plus exaltantes, de la création artistique. La loi de la parole reste à l'état d'éthique.

La carte n'est pas le territoire. Malgré son apparente évidence, voilà une des vérités les plus inconcevables et les plus difficiles à mettre en pratique. Le langage, c'est une carte. Elle n'est ni juste, ni fautive, nous n'en avons pas d'autre. Nous ne pouvons pas en sortir, car elle est entée par certains points dans le réel du corps. Ces inscriptions sont des limites jouissives, comme telles infranchissables, sur lesquelles nous ne cessons de buter sans les voir. D'où la fascination des lointains...

La loi de la parole commande d'abord de ne pas prendre le langage pour ce qu'il n'est pas : un ordinateur central, une fonction cognitive. La parole s'interpose entre le réel et le sujet comme passage obligé vers la jouissance et ce qui la limite, pour le désir et la loi.

Proposition réciproque : le langage est le lieu naturel du « sujet » humain. Là où il ne peut pas dire, il est comme un poisson hors de l'eau. Mais il ne veut pas toujours le savoir ; il peut préférer le couple

## La psychanalyse n'est pas un travail sur soi

pathologie-thérapeute. Il peut aussi, comme fait la science, utiliser la puissance symbolique du langage pour se fabriquer des poumons d'acier qui lui tiendront lieu de parole sans déranger sa niche éco-psychologique, celle que l'autre lui a bâtie.

Le langage, c'est du symbolique. Mais ce symbolique tient certaines commandes vitales. Ce n'est pas une bonne à tout faire. D'y être voué confère des devoirs. J'en donnerai trois exemples majeurs.

- Analyse ou pas, il y a obligation d'en passer par lui : il y a un devoir de dire et un devoir de penser. Ils font partie de l'hygiène de vie et de la dignité, non seulement pour l'individu mais pour le vivre ensemble, pour la communauté.

Celui qui n'a pas la parole ne souffre pas que dans son narcissisme. Être privé de mots, ou de langue, ou d'interlocuteur, c'est un des noms de la misère psychique. Pensons par exemple à celles et ceux qui ne savent pas lire... Chacun de nous est par rapport au désir inconscient comme un analphabète.

Pour la communauté, on le sait mieux, peut-être grâce aux analystes mais aussi par la fonction de la religion et de la culture : ce qui ne trouve pas à s'exprimer symboliquement se déchaîne en une violence sans limites.

Il y a obligation de respecter le langage : s'exprimer correctement, ne pas parler à tort et à travers, trouver les mots justes, parler vrai, se faire entendre. Placer sa voix. Soutenir sa parole. Ne pas abuser du langage, ne pas en jouir à tort et à travers. Il y a de la jouissance dans le langage et dans la parole, l'une et l'autre doivent être régulées.

Chacun en use à sa façon et suivant son histoire, en articulation avec d'autres expressions symboliques. Pour quel enjeu ? la prise en compte du réel, toujours partielle, toujours à refaire par chaque sujet chaque fois que son désir s'y trouve confronté.

- Dans sa fonction symbolique, le langage induit un devoir d'échange que la règle énoncée par Mauss résume suffisamment : donner, recevoir, rendre. Ces trois temps ne s'écrasent pas l'un sur l'autre ; chacun doit être respecté. En particulier, aujourd'hui, le temps (et la manière) de recevoir, qui est le temps de la féminité.

Dans l'échange avec la caissière du supermarché, je prends, je paye, je m'en vais, l'argent file dans le tuyau, il ne s'est rien passé. C'est pour cela qu'il faut recommencer : ce qu'on a dans son caddy, c'est une accumulation de rien.

- Enfin, d'avoir à situer sa parole dans le langage commun induit une éthique de vie. C'est ainsi que Lacan comprend les tables de la loi, les Dix commandements : là où le sujet les enfreint, il perd la parole.

S'il ne peut pas honorer ses parents, s'il convoite les objets vitaux de son voisin, s'il met le sacré à toutes les sauces, etc., il ne peut plus dire ; il ne peut que (se) censurer, gémir et passer à l'acte. Il peut faire le faraud, enfreindre les interdits, protester de ses droits, il sait qu'il déconne. Mais il faut quelqu'un pour le lui faire entendre sans le trucider.

Voilà pourquoi je voulais dire que la psychanalyse est tout sauf un travail sur soi.

---

<sup>1</sup>Rédaction d'un exposé fait le 17 décembre 2002 au séminaire de M. L. Lévy « Pratiques du psychanalyste et abord lacanien ».

<sup>2</sup>Sur cette préhistoire, se référer notamment à :

- Ellenberger (H.), Histoire de la psychiatrie dynamique, réédité et préfacé en 1995 par Elisabeth Roudinesco sous le titre *Médecins de l'âme : essais d'histoire de la folie et de ses guérisons*, Paris, Fayard.

- Carroy (J.), *Hypnose, suggestion, psychologie : l'invention de sujets*, Paris, PUF, 1991

- Bernheim (H.), *De la suggestion dans ses applications à la psychothérapie*, Retz, 1972.

- Ainsi qu'aux *Leçons* de Charcot, magnifiques de style et d'acuité clinique. Les Œuvres complètes sont en cours de réédition chez Tchou sous la direction de Jacques Sédal. Les *Leçons* contemporaines du séjour de Freud à Paris seront publiées prochainement chez Erès dans la collection Point Hors Ligne, dirigée par Jean-Claude Aguerre.

- Et naturellement aux nombreux textes de Freud contemporains de cette période : l'*Esquisse*, les six premiers articles reproduits dans *Résultats, idées, problèmes*, t. 1, les *Etudes sur l'hystérie*.

- Ainsi que les passages épars que Freud consacre à cette période, notamment dans la *Selbstdarstellung*, (titres en français : *Freud par lui-même, Ma vie et la psychanalyse*) p. 43-45 et 60-63 de la toute récente édition bilingue, Folio, 2003.

Je ne peux pas donner de pages précises pour les autres références. Il faut lire l'histoire telle qu'elle est mise en scène par les auteurs et faire soi-même la synthèse. C'est ce que je tente ici à partir de la re-formulation lacanienne de la psychanalyse.

<sup>3</sup>Bernheim (H.), *De la suggestion dans ses applications à la psychothérapie*, op. cit. C'est la première fois en France que le terme de psychothérapie apparaît dans le titre d'un ouvrage, mais il se diffuse immédiatement, entre autres, dans les Congrès de psychothérapie qui se tiennent régulièrement entre 1885 et 1906.

<sup>4</sup>« Un cas de guérison hypnotique », in *Résultats, idées, problèmes*, op. cit., p. 31.

<sup>5</sup>*Etudes sur l'hystérie*, Paris, PUF, ch. IV.

<sup>6</sup>Suivant l'expression de Breuer, *ibid.*, ch. III, p.1 81