

# LANGAGE DU CORPS, au fil de l'histoire, au fil du temps...

*Par Michèle Freud*

*« Le corps a ses raisons que la raison ignore »*

Toute approche du corps suppose que l'on s'intéresse à son histoire.

Les philosophes présocratiques considèrent le monde comme un corps immense correspondant au concept de nature, à la « *psysis*. Ils attribuent l'origine du monde des choses de la vie à des entités insérées dans la nature comme l'eau, le feu. Le corps représente le triomphe absolu de l'apparence : on peut imaginer un corps idéal, inséré dans un monde qui transcende la réalité.

Le corps idéal qui ne doit pas mourir : il ne serait rien d'autre qu'une aspiration que l'on retrouve dans la religion..

Le christianisme par exemple établit une différence entre un corps sans souillure du paradis terrestre, un corps que le péché n'a pas encore contaminé, le corps ressuscité, récompense des croyants qui reprennent possession de ce corps transfiguré, et enfin, le corps réel, porteur d'erreur et de mort.

Descartes lui, sépare le corps de la pensée et vient à concevoir deux substances co-existantes qui s'influencent réciproquement, bien qu'elles n'aient rien en commun. Le corps ne serait jamais « pensée. La pensée ne sera jamais « matière. »

Schopenhauer, plus tard pense en revanche qu'il est possible d'imaginer ce corps comme porteur du désir de vie, de plaisir qui constitue une nouvelle tromperie de l'être humain.

Pour Kant, un corps perçu comme une possible entité globale est inconcevable.

La philosophie idéaliste surtout chez Hegel réinsère le corps dans la totalité d'un ensemble où le corps en tant que tel, comme matière et comme objet, n'est qu'un moment du développement de l'esprit. C'est cet esprit qui, à un moment donné, tout en se servant du corps le dépasse et l'élimine.

Dans le contexte de la philosophie contemporaine, avec l'existentialisme et la phénoménologie, le corps est perçu comme une entité ayant une histoire qui le rend unique mais en même temps incompréhensible en raison de cette singularité individuelle.

Pour les philosophes structuralistes en revanche, le corps n'est qu'un ensemble de structures répétitives excluant toute l'histoire personnelle.

A cet égard, Freud lui même pourrait être rattaché à cette vision puisque l'histoire du petit enfant, de son corps, de ses pulsions ne constitue pas vraiment une histoire individuelle, mais simplement une répétition d'une structure conflictuelle.

L'histoire d'Œdipe avec son corps condamné à être porteur de désirs incestueux est significative.

Rares sont les philosophes qui, à l'instar de Merleau Ponty cherchent à insérer le corps et certaines de ses manifestations fonctionnelles dans un contexte plus précis et plus spécifique.

Dans le domaine plus générique de la culture, citons les notions d'éternel retour, de réincarnation qui animent les conceptions orientales du monde nous offrant l'idée d'un corps transitoire, d'un corps surpassé, d'un corps comme moyen de perfectionnement.

Citons aussi les notions très actuelles se rattachant à l'hellénisme dans lequel prédominent la forme la beauté, l'harmonie où le corps devient centre de l'univers, il est une richesse, un capital, une carte d'identité.

Pour les orientaux, le centre symbolique de la personne serait le ventre, ce ventre porteur de vie chez la femme et dont l'homme conserve la nostalgie éternelle comparé à son ventre masculin stérile.

Toutes ces perspectives symboliques s'insèrent dans une idée collective de corps normal. Un corps normal qui devrait être un corps idéal à la fois dans ses dimensions, ses codes fonctionnels et psychiques.

Cependant ce corps que nous voudrions définitif ne cesse en effet d'évoluer, de se transformer

Le corps peut être sain, répondant à des critères de santé et d'équilibre fonctionnel ou tomber malade, être porteur de souffrance\*

Il est donc à la fois un concept et une notion. Il peut apparaître comme bon, source d'énergie et de vitalité ou mauvais, comme un cheval emballé qu'il nous faut sans cesse maîtriser.

Le corps peut encore être divisé en de nombreux éléments : une partie droite, une partie gauche. ; le cerveau gauche serait le siège de tendances rationalistes, mathématiques, alors que l'hémisphère droit serait plus artistique, plus irrationnel. Il serait aussi le siège de l'émotionnel.

Parlons également de notions symboliques se rattachant aux parties du corps : le haut et le bas la notion de sacré (le haut) , de honteux (le bas) ,

De corps objet de notre fierté, source de notre insécurité, corps prêt à collaborer avec l'esprit, qui tremble de l'émotion que la peur suscite, mais aussi qui contient des ressources énergétiques inépuisables.

Le corps qui oscille entre plaisir et douleur, victoire et abandon de la bataille pour la vie

Ce corps qui à tout moment nous rend des comptes, corps sujet, instrument de changement, mais aussi corps objet, structure malade et incarné par la médecine somatique

Dichotomie bien connue entre corps biologique et corps psychologique.

Je me suis bien sûr interrogé sur la place du corps chez S. Freud

Si le corps est en filigrane dans toute la métapsychologie freudienne, les écrits de S. Freud sur le corps sont rares ou énigmatiques comme le passage se situant dans le « moi ou le ça » :

*« Le moi est avant tout un moi corporel, il n'est pas seulement une entité toute en surface, mais il est lui-même la projection d'une surface »*

Le moi est en dernier ressort dérivé des sensations corporelles, principalement de celles qui naissent à la surface du corps, à côté du fait qu'il représente la superficie de l'appareil mental.

Moi issu du corps, ou corps projection du moi ?

Quand S. Freud parle de moi corporel, il se distancie déjà d'une position qui privilégie le concept de schéma corporel avec une connaissance du corps découlant de la perception. Avec l'image du corps, on passe du corps perçu au corps représenté, donc au monde psychique.

Cette médiation avait déjà été tentée par Schilder auparavant.

Confronté à certains échecs de la thérapie psychanalytique S. Freud s'orienta vers l'élaboration de l'espace imaginaire lorsqu'on évacue le corps réel. La règle d'abstinence et l'adoption du divan mettant au repos la motricité au profit de la sensorialité. La réduction de l'apport visuel (l'analyste se soustrayant au regard de l'analysant) libère l'espace imaginaire.

C'est Freud qui découvre que les désirs inavouables, repoussés dans l'inconscient peuvent donner lieu à des symptômes qui affectent le corps.

Lucy R. l'une de ses patientes souffre d'une rhinite chronique. De plus, elle hallucine en permanence une odeur de brûlé. Pour lui, cette hallucination est un symptôme contenant la trace d'un désir inconscient.

L'explication trouvée, hallucination et rhinite disparaissent. C'est la découverte de ce type de symptôme hystérique qui a permis à Freud d'inventer la psychanalyse.

Il constate en effet la disparition des troubles lorsqu'on en trouve la trace, grâce à un travail d'interprétation ne laissant aucune trace, aucune lésion organique.

Le corps est donc bien présent au moment où naît la psychanalyse.

Ce n'est pas le corps réel qui est en jeu mais un corps imaginaire, inventé par l'hystérique, ce qui explique que le symptôme hystérique disparaisse aussi facilement.

Ainsi, le psychisme et le somatique peuvent s'associer et des pensées refoulées parviennent à trouver une issue dans le corporel.

Freud a découvert que corps et psyché peuvent servir les mêmes intérêts névrotiques et reconnaît des facteurs psychologiques dans les maladies.

La pulsion (Trieb) est la représentation dans le mental d'une excitation corporelle. Elle a source dans le corps.

Dont-on la considérer comme une énergie somatique ou une force psychique ?

Pour S. Freud, dans « Trois essais sur la sexualité », c'est un concept limite entre le psychisme et le somatique

D'un côté, l'esprit n'est que la production du corps, donc c'est un esprit corporel, de l'autre, tout le corps est imbibé de psychisme.

A travers la psychanalyse, il a démontré qu'on ne pouvait pas en rester au corps constaté, au corps somatique, et a fait comprendre qu'il ne pouvait être question que d'un corps construit.

Le corps humain pour la psychanalyse est construit par l'inconscient narcissiquement

Même si certains détracteurs de Freud ont dénié ou critiqué la place du corps chez Freud, elle est bien présente. La psychanalyse s'effectue par la parole et le langage où le corps est souvent souffrance, objet de soins, d'expressions, d'interprétation.

N'a-t-il pas écrit dans le cas Dora « celui qui a des yeux pour voir et des oreilles pour entendre, constate que les mortels ne peuvent cacher aucun secret. Celui dont les lèvres se taisent, bavarde du bout des doigts, se trahit par tous ses paroles. Le symptôme que l'on interprète est donc bien dans le corps.

Après Freud se situent les mouvements reichiens

Pour Reich, l'énergie fondamentale est bloquée par la répression sexuelle qui tarit le libre flux qui finit par se bloquer et par créer des rigidités musculaires. Pour lui, le complexe d'Œdipe ne serait pas la cause mais la conséquence de la répression sexuelle. La cuirasse caractérielle du fait de cette rétention d'énergie réalise un blocage affectif s'exprimant par un manque de contact authentique avec son corps.

La cuirasse musculaire issue du blocage serait composée de 7 anneaux segmentaires disposés le long du corps. Chaque anneau correspondant à certains blocages empêchant les excitations affectives de parcourir librement le corps. Reich a très peu exposé comment libérer l'individu de sa cuirasse et de ses blocages. C'est Alexander Loewen dans l'analyse bio-énergétique qui développera plusieurs techniques.

Citons aussi Groddeck auteur attentif du langage du corps vécu.

Quand la souffrance ne peut s'exprimer par la bouche, par les mots, elle va s'exprimer par les maux par la maladie « quand ça ne passe pas par la bouche, il faut bien que ça passe ailleurs. Pour lui, nos organes parlent. Une douleur abdominale serait une manifestation somatique d'une question restée, sans réponse.... Cela n'arrive pas par hasard. Ce qui est tu réprimé, exprimera autrement à même le corps chargé de supporter tous ces silences

La pensée orientale (tibétaine, chinoise ou indienne) propose un modèle dynamique et énergétique du corps L'oriental considère l'être comme une unité fonctionnelle reliée au cosmos. Sa santé découle de l'équilibre entre deux polarités le Ying et le Yang.

En Chine les enfants apprennent dès leur plus jeune âge à l'école à se mouvoir harmonieusement, Le rééquilibrage énergétique s'effectue essentiellement par l'apprentissage de la respiration

Le yoga met l'accent sur le contrôle et la maîtrise de l'homme sur la matière, son corps, ses émotions, son esprit.

La pensée tantrique est une philosophie issue du bouddhisme. Elle prône une attitude de prise de conscience modifiée et de double conscience à la fois émotionnelle et mentale

Dans le taoïsme, le but est l'harmonie entre l'homme et l'univers turbulent, en vue d'un apaisement suprême.

A. Caycédo, l'inventeur de la sophrologie s'est largement inspiré des techniques orientales pour élaborer entre autre sa méthode dynamique en l'adaptant toutefois à notre culture occidentale. Il a eu le mérite d'intégrer le corps et de créer à travers cette technique une méthode originale de réharmonisation corps-mental à travers son concept de « corps vécu ».

Nos rapports avec notre corps occidental sont marqués du sceau de l'incertitude et nous crée bien des tourments

Parfois ce corps prend l'allure d'une véritable prison. Il impose de telles souffrances et se fait l'écho par ses manifestations sonores à l'insatisfaction profonde dont nous ne sommes pas toujours conscients.

Lorsque le désir fondamental est brimé, l'individu tombe malade. Tout déséquilibre psychologique retentit sur le système endocrinien et végétatif.

Carl Simonton\* explique que la maladie implique souffrance et angoisse, mais elle résout aussi des problèmes dans la vie des gens. Elle agit comme un « facilitateur », un donneur de permission, en permettant aux gens des comportements qu'ils ne s'autoriseraient pas normalement. En étant malade, nous pensons recevoir plus d'amour, d'attention de repos, la demande d'autrui est diminuée. La maladie lève la censure, suspend un certains nombres d'attitudes ... Tomber malade devient alors le seul moyen acceptable pour laisser tomber nos responsabilités et s'occuper de soi sans culpabilité.

La maladie doit-elle être obligatoirement le prix à payer pour obtenir le droit de souffler ?

Pour certains psychanalystes, pour que la maladie survienne, des configurations spéciales se profilent en général à l'horizon : un conflit ancien jamais réglé, une prédisposition particulière du corps, un terrain favorable et une situation conflictuelle actuelle.

Jean Guir, psychanalyste lacanien, a dégagé lui aussi une dynamique en trois temps :

Dans un premier temps, la personne a subi une séparation d'avec un être cher, dans un deuxième temps, la séparation se répète et agit comme une répétition traumatisante de la première. Puis, quelques mois, voire un an plus tard, le troisième temps : apparition du phénomène psychosomatique : asthme, colite, cancer....

Il semblerait que l'être n'ait pu intégrer l'événement traumatisant, que cet événement va ressurgir dans la matérialité du corps. Pour Jean Guir, la lésion apparaît à un moment clé : lorsqu'un chiffre, un nom, une date peut raviver le souvenir de l'événement traumatique

Lacan disait que les phénomènes psychosomatiques étaient des lettres matérialisées dans la chair comme des hiéroglyphes. Elles ne s'effacent pas aussi facilement qu'un symptôme hystérique. D'importants travaux comme ceux de SIMONTON ou d'ANNE ANCELIN SCHULTZENBERGER\*2 ont tenté de vérifier l'hypothèse souvent invoquée de l'influence des facteurs psychiques dans l'évolution du cancer.

Chez 57 femmes opérées d'un cancer, on note une évolution morbide chez celle appartenant au groupe des « désespérées » (4 décès sur 5) et des stoïques subissant sans rien dire (10 décès sur 32 cas), les combattives, et celles qui n'iaient la maladie ont survécu davantage (1 sur 10)

Selon le philosophe David Bakar, la maladie peut être conçue comme la manifestation d'une désordre plus profond qu'un trouble intérieur mettant en jeu l'individu dans sa globalité. Selon lui, la maladie est révélatrice d'une scission, d'une aliénation à l'intérieur de l'individu. Cette idée fait écho à la sagesse antique selon laquelle la maladie est signe de disharmonie entre corps et esprit

1 \*auteur de « Guérir envers et contre tout » Ed Ep

2 \*auteur de « Aïe mes aïeux » Ed. La Méridienne

Les maux du corps viennent dire tout haut ce que nous pensons tout bas.

Ce corps qui fait écho par ses manifestations à une insatisfaction profonde nous oblige à prendre conscience de nos limites.

Faut-il que le corps souffre pour qui (il se mette à parler).

Lorsque l'on amène un patient à prendre conscience de son corps, il arrive peu à peu à prendre conscience comment il a réprimé ses émotions afin de se soustraire à la douleur. Il apprend à verrouiller sa mâchoire, à serrer son ventre pour contenir sa peur, à contracter sa colonne pour prévenir toute attaque.

Quand une personne prend conscience de son corps, elle arrive à le libérer de ses tensions musculaire.

Cette écoute du corps est le point de départ de toute thérapie à médiation corporelle.

Dans l'optique de cette unité Corps Esprit la sophrologie permet le rétablissement d'un dialogue avec soi. Etre en contact avec son corps signifie avoir conscience de son corps c'est à dire en percevoir ses manifestations, sentir son degré de réceptivité, savoir localiser ses nœuds de tension.

Etre en contact signifie avoir conscience que certains événements du passé ont modelé la personnalité, principalement au niveau corporel

Apprenons à écouter les messages de notre corps.

La maladie peut offrir l'occasion d'une remise en question, une transformation positive. Elle indique que quelque chose bouge.

A chacun de découvrir son soi intérieur.

Pour sonder notre corps, il nous faut apprendre à ouvrir les canaux de communication, entre notre conscience et notre corps. En prenant davantage soin de notre corps, nous apprendrons à reconnaître les signes de tensions, de fatigue, nous apprendrons à ressentir les subtils degrés de changement

Prendre conscience de son corps c'est prendre de temps en temps le temps d'un rendez-vous avec soi, à travers simplement une petite pause pour respirer, se détendre, se relaxer.

C'est en portant un intérêt quotidien à notre bien être que nous retrouverons cet équilibre.

Le but ultime étant de vivre en harmonie avec tous les aspects de nous-mêmes pour nous ouvrir aux autres.

Par Michèle Freud, Responsable de formation en sophrologie.

Elle a animé à Contrexéville en mai et en août 2002 des séminaires « mincir avec plaisir » pour se réconcilier avec son corps

Renseignements Michèle Freud Formations 04 94 40 44 71 ou

Office du Tourisme de Contrexéville 03 29 08 08 68