

« QUAND ON NE LA TROUBLE PAS... » ESSAI SUR LA RÉGRESSION
Martine Sandor-Buthaud

Les Cahiers jungiens de psychanalyse | « Cahiers jungiens de psychanalyse »

2003/2 n° 107 | pages 7 à 28

ISSN 0984-8207

Article disponible en ligne à l'adresse :

<http://www.cairn.info/revue-cahiers-jungiens-de-psychanalyse-2003-2-page-7.htm>

Pour citer cet article :

Martine Sandor-Buthaud, « « Quand on ne la trouble pas... » Essai sur la régression », *Cahiers jungiens de psychanalyse* 2003/2 (n° 107), p. 7-28.
DOI 10.3917/cjung.107.0007

Distribution électronique Cairn.info pour Les Cahiers jungiens de psychanalyse.

© Les Cahiers jungiens de psychanalyse. 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.

« Quand on ne la trouble pas... » Essai sur la régression

Martine Sandor-Buthaud - Paris

Jung commence une de ses phrases à propos de la régression en disant : « Quand on ne la trouble pas... », ce qui représente une proposition et une attitude envers la régression : ne pas la troubler, la laisser œuvrer. Mais comment ne pas la troubler ? Jusqu'où ? Et pour quelle œuvre ? Ces questions sont au centre de la pratique quotidienne de l'analyse. La façon dont on y répond dépend de l'analysant – de ce dont il a besoin et ce qu'est son désir, ce qu'il demande, et de sa structure psychique –, mais aussi de l'expérience et de la personnalité de l'analyste, et des idées et conceptions que ce dernier a du psychisme et de son fonctionnement.

La régression, sa dynamique et son maniement ont suscité de nombreux développements théoriques et interrogations cliniques, ainsi que d'importants débats et controverses. Quelles que soient leurs divergences, les uns comme les autres s'accordent à penser que l'analyse emprunte la voie (ou les voies) de la régression. La régression est un phénomène énergétique qui ne dépend pas du moi. Le mouvement et les dynamiques qui l'organisent sont autonomes et inconscients. Étymologiquement le terme vient du latin *regressus*, qui veut dire « marche rétrograde », « marche en arrière », « retour » et aussi « recours ». Psychologiquement, la régression est un retour en arrière de la libido, de l'énergie psychique. Dans son retour en arrière, la libido anime ou réanime des matériaux psychiques antérieurs qui reposent dans l'inconscient. Ainsi chargés d'énergie, ces matériaux deviennent vivants, perceptibles et donc accessibles à la conscience. C'est en ce sens que la régression est un recours pour le travail thérapeutique. Freud et Jung ainsi que d'autres ensuite, entre autres Ferenzci et Balint, proposent, ce faisant, de favoriser la régression. En même temps ils s'interrogent et s'opposent au sujet des dynamiques qui y président, des risques qu'elle comporte, des butées à lui mettre et à tenir, ainsi que des prises de risques nécessaires à l'analyse.

Partant de quelques-uns des textes fondateurs de Freud et de Jung concernant la régression, puis des positions de Ferenzci et de certains des écrits de Balint, je reprendrai quelques-unes de ces questions, idées et controverses. Je m'appliquerai aussi, au fur et à mesure, à décrire ce que ces idées et débats

me semblent signifier pour la pratique de la régression dans l'analyse. Ce travail sur la régression ne se veut ni exhaustif ni objectif. Il ne peut être bien évidemment que partiel étant donné l'abondance des écrits et des lignes de questionnements tant dans le champ freudien que jungien ; il sera de plus infléchi par les axes qui sont les miens et par les questions qui m'animent actuellement sur la régression, sur la pratique de l'analyse et sur l'analyse pratiquée dans une orientation jungienne.

Freud, le dispositif analytique, le cadre, le transfert et les techniques

En 1900, c'est à partir du phénomène de la régression que Freud, dans son fameux chapitre VII de *La science des rêves*¹, définit l'appareil psychique et l'inconscient. Dans ce texte, la régression est opposée à la motricité. Elle est retour à un mode perceptif, sensoriel, imaginatif, comme dans l'hallucination. L'excitation régresse à travers les différentes structures de l'appareil psychique et les contenus inconscients, structures et contenus qui se trouvent ainsi activés, animés dans les sensations et images devenues vivantes, perceptibles. Le mode perceptif, où le langage est celui de l'image plus que du mot et de la pensée, est à l'œuvre dans le rêve.

Par la suite, Freud, développant ses idées sur la structure psychique, sur la dynamique pulsionnelle et l'organisation de l'inconscient², pense la régression comme régression de la libido à des stades antérieurs de son organisation. La progression est poussée de la libido vers du nouveau, vers d'autres objets de désir, d'autres intérêts et d'autres modes de satisfaction, et vers une structuration psychique plus complexe avec plus de différenciation des objets, du sujet et des objets, des instances psychiques, de l'identité sexuelle, et une intégration vers la génitalisation. La régression est un retour en arrière de la libido qui emprunte la voie, les voies qu'elle avait empruntées pour s'organiser, retournant vers des stades antérieurs (oral, anal...), réanimant leurs modes de fonctionnement, leurs modes de relation et de pensée. Le mouvement régressif se déclenche lorsque la libido est barrée dans son avancée, lorsqu'il n'y a pas assez d'énergie pour surmonter le conflit, et pas les moyens de gérer celui-ci. Le mouvement est dynamisé par les fixations qui constituent des pôles attractifs vers le retour en arrière. À partir de 1920, Freud avance l'idée d'une dynamique organisatrice du retour en arrière en deçà des fixations. C'est la pulsion de mort.

La régression désorganise le fonctionnement jusque-là opérationnel pour le sujet, et met au jour les soubassements inconscients de ce fonctionne-

1. S. Freud (1900), « La régression », in *L'interprétation des rêves*, Paris, PUF, 1967.

2. S. Freud (1905), *Trois essais sur la théorie de la sexualité*, Paris, Gallimard, 1962, et S. Freud (1916), « Points de vue du développement et de la régression, étiologie », in *Introduction à la psychanalyse*, Paris, Payot, 1981.

ment : elle réanime des matériaux psychiques où sont entremêlés souvenirs et fantasmes. Sont ainsi activés et réactualisés de vieux modes de relation, de comportement et d'expression, et de vieux investissements, nos vieilles amours et modes d'attache à des objets jamais tout à fait abandonnés. La dynamique de la pulsion de mort accentue la désorganisation et la déliaison, avec le risque d'un débordement de destructivité.

Tout en lui mettant des limites, le *dispositif* mis en place par Freud pour la cure analytique tend à favoriser la régression : pas de motilité, pas d'action, laisser aller le mode perceptif, associatif, l'espace dans lequel, la libido régressant, les structures et contenus inconscients sont réanimés et peuvent être mis en images, perçus, ressentis. Le *cadre* de l'analyse laisse ouvert l'espace de la régression tout en incitant la mise en mot et représentation, et en fixant des butées à la régression.

La pratique de la régression se situe dans un difficile alliage entre : d'une part, un laisser-aller, laisser-faire, « ne pas troubler » cette dynamique énergétique qu'est la régression qui dépasse et désorganise le moi, par moments le déborde et l'invalide, et peut aboutir à une noyade et un déferlement incontenable et éventuellement dangereux pour l'équilibre psychique et la structure du sujet ; et, d'autre part, le soutien éventuel à apporter au moi et l'incitation au travail de celui-ci, le travail du moi consistant tout à la fois à réorganiser des compréhensions même provisoires, à tenir le coup, à attraper les bribes qui peuvent être attrapées, bribes de sensations, impressions, réactions, affects ; à les attraper, les ressentir, se laisser traverser par ces ressentis qui pendant tout un temps ne sont pas tout à fait appréhendables, et faire l'effort de mise en mots, et de conscientisation. Cela bien évidemment sans qu'il soit toujours possible pour le moi de décider de laisser faire ou de se reprendre, le phénomène de la régression étant autonome et indépendant de son contrôle.

Le vécu de la régression et l'effort de mise en mots et de conscientisation s'effectuent tant sur et par l'analysant que sur et par l'analyste à travers en particulier le *vécu du transfert*. Les matériaux inconscients activés par régression sont mis en scène, actualisés dans le transfert où les deux partenaires, analyste et analysant, les vivent comme une réalité vivante et présente. Ce qui est ainsi actualisé dans la relation transférentielle est pendant tout un temps vécu, ressenti sans que rien ne puisse s'en dire vraiment. Puis des aspects de ces contenus se font jour. L'analyste est vécu avec les visages et les réactions contenus dans les souvenirs et fantasmes inconscients présentifiés par la régression ; il est, par exemple, ressenti par l'analysant comme rejetant, en colère. L'analyste, de son côté, se sent mis à cette place, dans ce rôle, sans pouvoir y échapper ; il se sent parfois même devenir ce personnage rejetant, négatif et violent.

Le *vécu du transfert*, le *maniement du cadre* et l'*utilisation des techniques analytiques* permettent de moduler (en tous les cas en partie) la régression et les butées qui lui sont mises. Classiquement il est considéré que le divan favorise plus la

régression que le face-à-face, qu'une plus grande fréquence de séances active plus la régression et permet plus la mise au jour de ses contenus, dans la mesure où les défenses ont moins le temps de se remettre en place d'une séance à l'autre, et enfin que cette plus grande fréquence des séances structure une contenance plus importante, ce qui est nécessaire pour assurer que le vécu de la régression puisse être tenu, supporté et conscientisé. La façon d'utiliser et de manier le cadre et les techniques s'interroge au plus près de la clinique et au cas par cas. Parler, se taire, interpréter, laisser se vivre, attendre, intervenir... ; favoriser, induire, contenir, essayer de freiner le mouvement régressif... ; avec quels rapports aux défenses et aux résistances ? quels modes d'intervention ? quelle place pour le travail des images et comment ? dans quel dispositif?... En dehors de ce qui est désiré et possible pour un patient donné, et ce que chaque analyste peut ou est disposé à vivre à ce moment-là de sa vie et de son expérience, et avec cette personne-là, la façon de traiter la question du maniement de la régression, de l'utilisation du cadre et des techniques, de la facilitation ou non de la régression, de la contenance à donner et comment, et des butées à tenir, va dépendre aussi, comme je l'ai mentionné plus haut, de la conception que l'on a de la dynamique psychique et de l'idée que l'on a de comment et à quoi œuvrer la régression dans cette dynamique.

Jung, la régression à la mère et la visée de renaissance

Freud n'envisage pas, et s'oppose même à l'idée d'une régression dans les zones archaïques, préverbaux, jusqu'à la relation primaire duelle à la mère. Le désir de retour dans le sein maternel n'est vu par lui pratiquement que comme infantile et incestueux. Ce retour est pour lui inutile d'un point de vue thérapeutique et dangereux. Il essaie de limiter la régression dans le transfert au niveau œdipien, à la relation à trois, maintenant dans le travail sur les désirs infantiles la présence de l'interdit du retour à la mère par le père. Il exhorte à la méfiance contre une régression à des états primitifs et met en garde contre les risques d'un développement pathogène. Les freudiens s'expliqueront avec cette position et la modifieront au fur et à mesure de leurs recherches sur le travail avec les cas difficiles et les blessures archaïques que ceux-ci portent.

Jung, dès 1912 dans *Métamorphoses de la libido et ses symboles*³, prône la nécessité d'une *régression à la mère*. Il en montre les difficultés et les risques mais aussi la nécessité thérapeutique et spirituelle et l'aide qu'elle peut représenter. Il décrit la difficulté à tenir la descente dans les vécus et les revécus de la première relation à la mère, la puissance des affects, des investissements, des fixations et des adhérences. La régression est descente, plongée, et rencontre dans

3. C. G. Jung (1912), *Métamorphoses de la libido et ses symboles*, Paris, Éd. Mouton. Revu en 1950 et publié sous le titre *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*, Genève, Georg & Cie, 1953.

cette plongée avec des forces archaïques : vécus et désir de dévoration, intrusion, terreur, exigence, omnipotence, impuissance, absence... ; plongée si possible « les yeux ouverts⁴ », sans se faire complètement engloutir, en devenant conscient de ces forces et impulsions, ce qui nécessite d'en supporter le vécu tout en en barrant la réalisation concrète, jusqu'à ce qu'elles puissent être appréhendées et qu'il soit possible d'opérer un sacrifice par lequel se fait le renoncement à la réalisation concrète de la demande à la mère et le transit de l'énergie qui jusque-là fixée à la mère nous relie à nos origines, à notre âme.

Jung insiste sur la nécessité d'une descente jusque dans le « royaume des mères », en pointant qu'il s'agit d'une traversée et en mettant l'accent sur *la visée et le but de cette descente et traversée*. L'accent mis par Jung à ce moment de ses avancées théoriques n'est pas tant que ce retour permette un revécu des ratés de la première relation à la mère, et que ces revécus, reçus dans la relation avec un autre, permettent l'élaboration d'une « relation archaïque positive », ce qui sera interrogé et développé par les jungiens par la suite. Jung, pour sa part, s'applique d'abord à dégager ses idées quant à la visée de la régression. Il voit dans le désir de retour à la mère et les images d'inceste qui l'accompagnent un désir et une potentialité de ré-enfantement. « Quand on ne la trouble pas, la régression ne s'arrête nullement à la mère ; elle la dépasse, pour atteindre [...] le monde originel des possibilités archétypiques...⁵ » La régression passe par la mère, par la descente dans le préverbal, dans une zone où objet et sujet ne sont pas tout à fait différenciés ; et, au-delà de la mère, ce qui est recherché est une plongée de la libido, de l'énergie psychique dans les couches archétypiques de l'inconscient, dans les soubassements de l'esprit humain. Cette plongée est organisée par l'inconscient, par l'âme, qui, dans le désir qu'il/elle a de se réaliser, attire la libido et dynamise sa régression, son retour vers et dans l'« âme anthropoïde⁶ », d'où elle était originellement partie. Le but visé par ce mouvement est celui d'un renouvellement, d'une naissance ou renaissance qui s'opère à l'aide de la création symbolique par le biais de la régression.

Dans *Métamorphoses de la libido et ses symboles*, Jung jette les premières bases de sa conception d'un inconscient dynamique porteur d'une orientation, d'un but, d'une visée de création de soi. Il met l'accent sur l'importance du contact et de la relation avec cette dynamique intérieure, et sur la création symbolique qui s'opère par ce contact, sans envisager, ce qu'il fera plus tard, en particulier en 1946 dans *Psychologie du transfert*⁷, que ce contact et la rencontre avec soi passent par la relation avec un autre. Il insiste sur la place du conscient et s'applique à décrire les conditions et les moyens par lesquels peut s'opérer la transformation recherchée par la libido en régression.

4. C. G. Jung, *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*, op. cit., p. 594.

5. *Ibid.*, p. 546.

6. *Ibid.*, p. 544.

7. C. G. Jung (1946), *Psychologie du transfert*, Paris, Albin Michel, 1980.

Dans *Métamorphoses de la libido et ses symboles* et dans *Ma vie*, Jung prend appui sur le travail avec les images et leurs dynamismes pour appréhender sa conception de la régression et rendre compte de la façon dont il l'a lui-même traversée. Même dans *Psychologie du transfert* où il affirme que la rencontre avec soi passe par l'entrecroisement dynamique entre soi et un autre, l'accent est mis sur les processus archétypiques. La place et le mode du travail avec les images et la prise en compte des dynamiques archétypiques et de la dimension du sens, l'importance à accorder aux revécus dans le transfert des ratés de l'histoire personnelle, l'attention à donner au travail sur les fantasmes dans leur aspect pulsionnel, l'accent donné à un axe ou à un autre et leur possible accord sont des questions qui ont été et sont encore en débat dans le monde jungien et dans la pratique de l'analyse jungienne.

Évolution, régression et adaptation

Jung différencie l'idée de progression et celle d'évolution. L'évolution à tous les niveaux est cyclique. Elle inclut les deux mouvements de progression et de régression. *La régression fait partie intégrante de l'évolution*. Dans l'analyse les analysants posent souvent la question de leur progrès. Il est bien difficile de dire, de savoir si quelqu'un progresse, et si une analyse progresse ou pas, et ce qu'est un progrès, le processus passant par des mouvements de régression. L'évolution psychique qu'est l'individuation passe par des moments d'intégration, de « progression », où la personne se sent à peu près entière, trouve des réponses lui permettant de s'inscrire dans le monde, de s'adapter aux « exigences posées par le milieu⁸ » et d'être en relation d'une manière satisfaisante et qui fait sens pour elle ; et des moments de désintégration, où les formes organisées précédemment se défont, et le mouvement de régression prend le dessus en vue d'une intégration d'autres contenus et de l'élaboration d'autres manières d'être au monde et en relation.

Jung associe à plusieurs endroits le sens de la progression à la *capacité d'adaptation* aux « exigences posées par le milieu ». Cette capacité d'adaptation repose sur ce qu'il appelle l'« attitude » : attitude du conscient envers la vie, envers les autres, qui inclut une attitude envers l'inconscient et la régression. L'attitude donne ses bases à un « système d'équilibrage des opposés⁹ » qui permet à la personne de se tenir à peu près entière face aux circonstances de la vie dans lesquelles elle peut et doit trouver un moyen de s'inscrire et d'élaborer des réponses qui la satisfassent suffisamment. Cette attitude est structurée par une organisation psychique inconsciente élaborée au cours de la vie du sujet, au fur et à mesure de ses rencontres et expériences ; elle inclut la façon dont la personne s'est défendue et organisée face à ce qu'elle ne pouvait pas satisfaire

8. C. G. Jung (1928 revu en 1948), *L'énergétique psychique*, Genève, Georg & Cie, 1956, p. 53.

9. *Ibid.*, p. 53.

ou résoudre, particulièrement dans son enfance ; le fonctionnement opérationnel pour la personne et structurant son attitude inclut donc des modes de réponse inadaptés à la situation du présent et à l'âge du sujet, celui-ci continuant à perpétrer ces réactions en ayant oublié l'objet et le contexte.

Il arrive que l'attitude et l'organisation psychique qui la fonde ne permettent plus l'adaptation, ne soient plus opérantes pour le sujet. Cela peut être du fait d'un événement, d'un changement dans la vie, de nouvelles données extérieures auxquelles la personne se trouve confrontée, et qu'elle n'arrive pas à gérer ; ou cela peut être apparemment sans raison : ce qui jusque-là était satisfaisant ne l'est plus ou ce avec quoi la personne arrivait à s'accommoder devient insupportable. Cette incapacité au travail d'adaptation peut venir du fait que l'attitude ne permet pas de faire face à la nouvelle donnée extérieure, à l'événement, et/ou du fait que se trouve remis en scène un ancien conflit – une ancienne blessure est réouverte –, et/ou aussi du fait de nouvelles données intérieures, d'une exigence intérieure vers une autre appréhension, vers l'intégration d'autres aspects du désir et du sens, vers plus d'intégrité, plus de soi-même. La progression est stoppée, la personne ne trouve plus ses réponses et se sent dans l'incapacité de trouver des solutions. Son fonctionnement se fissure et le mouvement de régression se met en branle, énergétisant les matériaux refoulés, clivés, dissociés, ce qui augmente la désorganisation et la désorientation, et accentue le mouvement de la régression.

L'analyse ouvre l'espace à ce mouvement régressif, répondant de façon paradoxale à la demande de l'analysant d'aller mieux, de trouver des réponses. Venu chercher de l'aide alors qu'il n'arrivait plus à trouver des solutions et à répondre aux exigences de l'adaptation extérieure et intérieure, l'analysant se voit régresser, devenir plus démuni, plus impuissant, plus incapable, et dépendant, ce qui lui est difficile, et fait penser parfois à certains que vraiment l'analyse ça n'arrange pas. Et pourtant c'est par là que ça passe, par la prise de conscience et l'analyse des soubassements inconscients de l'attitude à travers la réactivation régressive de ceux-ci, et par une désorganisation, une destruction des anciennes formes, en vue ou plutôt dans l'espoir de trouver une autre organisation plus apte à permettre le travail d'adaptation d'une façon conciliable avec l'exigence intérieure de la poussée du soi cherchant à advenir, à devenir.

Dans sa visée prospective, la régression va chercher vers l'arrière, vers et dans l'inconscient, un secours, un recours, donnant des indications pour aider à trouver une solution à l'insoluble qui se présente et, en fait souvent, est en train de se re-présenter, de se répéter dans la vie du sujet, et à retrouver un équilibre, si possible plus intégrateur, plus intègre, pour permettre à nouveau le travail d'adaptation. Ainsi conçue, la régression n'est pas seulement un allié thérapeutique permettant la prise de conscience des matériaux inconscients refoulés et de l'organisation inconsciente et névrotique, elle est un agent thérapeutique et un agent de création. Elle fait partie de la dynamique générale de

l'évolution et préside à celle de la formation du symbole. Elle est utilisée comme voie de contact, de transformation et de création dans l'analyse mais aussi dans l'art et la vie spirituelle.

Dans le travail thérapeutique, les moments et temps de régression et de dépression, de désorientation, sont plus ou moins longs et plus ou moins poussés, et il peut y en avoir plusieurs. Il peut s'agir de temps relativement courts où la visée de l'adaptation reste très présente et où la dimension de la relation thérapeutique comme donnée objective est plus accentuée, avec comme but une recherche de solutions aux problèmes posés par la situation actuelle (dans une optique psychothérapeutique) ; ou alors il peut s'agir de longs passages qui sont plus de l'ordre d'une traversée, d'un voyage intérieur, un voyage au long cours, celui de l'analyse (la tenue de la relation d'adaptation à la vie extérieure pendant ce voyage restant présente), avec comme visée une prise de conscience et une transformation du fonctionnement, des modes de désir et de relation, et de l'attitude générale envers la vie et le monde. Ce voyage au long cours de l'analyse se fait à deux dans le transfert.

La régression : un passage par la mort qui se vit dans le transfert

Pour décrire le voyage intérieur, Jung, dans *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*, prend appui sur le mythe du héros solaire dans ses différentes formes. Ce mythe est un mythe de mort et de renaissance. La régression est descente, plongée, traversée, passage par la mort en vue ou dans l'espoir d'une renaissance. Celle-ci est loin d'être gagnée d'avance. Le parcours est douloureux, plein d'embûches, de combats et de risques. La mort est réellement à la clé. Tout optimiste que puisse paraître la position de Jung sur la régression avec sa visée de renaissance, ce dernier est loin d'en minimiser les difficultés et les risques.

La régression est passage par la mort. Le processus qui peut éventuellement aboutir à un renouvellement passe par la mort, par la destruction et la déliaison, par la *disjunctio* des alchimistes. Les idéaux, le fonctionnement existant, les défenses, les certitudes sont mis à mort ; sont aussi mis à mal la superbe du moi, l'omnipotence, la toute-puissance, le désir (ou obligation) de contrôler, maîtriser, d'avoir des réponses. De 1912 à 1917, Jung passe par le vécu d'une profonde régression. Ce passage est décrit dans le chapitre « Confrontation avec l'inconscient » de *Ma vie*¹⁰. Y est exprimée l'intense humiliation ressentie par Jung à n'être plus capable que de jouer, de faire des jeux de construction ; humiliation de Siegfried, le « héros de la mère », mis à mort par l'émergence de processus primitifs, archaïques, activés par le processus de la régression. Jung

10. C. G. Jung (1962), *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées recueillis par Aniela Jaffé*, Paris, Gallimard, 1973.

décrit son humiliation, mais aussi sa désorientation, son vécu de morcellement, ses angoisses, sa peur d'être en train de sombrer dans une psychose, sa difficulté à « tenir le coup ». Il nous dit avoir décidé d'accepter la descente, de plonger dedans, et nous montre les moyens qu'il se donne pour « tenir le coup », pour assurer le travail de conscientisation, le travail du moi (il recourt à des exercices de yoga pour se reprendre, à tout un effort de mise en mots et en images, il s'applique à rester avec les affects jusqu'à la représentation, à noter les images et les rêves, et à appréhender ce qu'il peut en comprendre) en même temps que, nous dit-il, il subit le processus, qu'il n'y peut rien, et ne sait pas ce qui lui arrive. Dans la régression, écrit-il ailleurs, « [...] l'homme n'a pas conscience d'un développement puisqu'il se trouve en état de contrainte qui se présente comme s'il était dans un état de sa première enfance, embryonnaire même, dans le sein de sa mère¹¹. » L'homme en régression est pris par une dynamique inconnue, incompréhensible. Il est aux prises avec des réactions étranges et qui lui semblent étrangères, qu'il vit, peut nommer, repérer, sans pouvoir dire où cela mène et si cela mène quelque part.

Les images du mythe du héros solaire et de son voyage capturent certains éléments du processus de la régression. Le héros sera dépecé, démembré, il vit un démantèlement. À d'autres moments il se trouve avalé, englouti et porté dans le ventre d'un dragon baleine (comme Jonas). Il fait parfois la traversée nocturne sur une petite coque au milieu des flots. Il est démuni, poussé et porté par les courants et par le poisson baleine, sans savoir pour combien de temps et sans pouvoir débarquer. Il est pris et porté dans et par une dynamique dans laquelle il est en partie englouti, sans être pour autant noyé. Pendant le voyage il rêve et fait du feu, ce qui représente le travail de transformation et représentation symbolique, le travail de conscience, et le vécu et la gestion du feu des affects pendant le temps de la plongée.

Une fois embarqué, il est difficile, voire dangereux de débarquer, de ne pas laisser se vivre, et vivre ce qui a été enclenché. Les dynamiques, une fois activées par la régression, poursuivent leur déroulement énergétique. « Si on est amené à entreprendre une régression et que l'on n'atteint pas son noyau, on risque d'élaborer au-dessus et de provoquer un clivage. La libido mise en jeu rejoint inconsciemment le noyau, s'y enkyste et devient autonome par rapport au moi qui n'a su établir un contact. La situation devient secrètement plus pathogène qu'elle ne l'était. Cela se manifestera soit dans des affections somatiques, soit dans le jeu des circonstances extérieures¹². » Laisser se vivre et vivre ce qui a été enclenché, aller jusqu'à l'inscription dans le corps des souvenirs et images, suppose un vécu des affects et de la patience. Le processus de la régression prend du temps. Temps du déroulement, temps de décantation, temps qui peut parfois sembler enlèvement, stase, pourrissement, mort.

11. C. G. Jung, *L'énergétique psychique*, op. cit., p. 59.

12. É. Humbert, « Le puits de la mémoire », in *Cahiers jungiens de psychanalyse*, n° 49, 1986, p. 13.

Dans la pratique de la régression, le moi est pris, il ne peut pas voir par et dans quoi il est pris, et se trouve confronté à des vécus et revécus difficiles, éprouvants, et aussi déroutants et déprimants quant à l'image qu'il avait de lui-même, de son histoire, et de la vie. Cela peut amener à des vécus de dépression, avec de fortes réactions d'autodépréciation. Il est indispensable que la personne puisse malgré tout rester aux prises avec ses vécus, que le moi tienne, et que le travail de conscience puisse à un moment avoir lieu. Le processus de transformation et le travail de représentation et de conscience nécessitent à la fois de laisser faire, de laisser se dérouler, de se laisser traverser et ressentir, et que soit barrée la réalisation concrète. La libido barrée se réoriente. Ainsi se fait la compréhension de l'enjeu symbolique de la demande concrète et la création symbolique. Jung parle de cette barrière à la réalisation concrète comme d'une « contrainte au symbole¹³ », et insiste sur l'importance de la reprise par la conscience des contenus inconscients activés et des productions symboliques.

Dans la situation analytique, *le passage par la mort et le voyage qu'il signifie se font dans le transfert*. La relation analytique sert de contenant, de poisson baleine, de coque pour le voyage, et de révélateur des dynamiques activées et des souvenirs réactualisés par régression. Des réactions étranges et étrangères apparaissent dans la relation. Il n'est pas facile de se les avouer, et pour l'analysant de les dire à l'autre, à l'analyste ; pas facile de vivre, supporter et exprimer les attentes, l'exigence, la dépendance, le désir, l'amour, les reproches, la colère et parfois même la haine et la violence ; pas facile et déroutant, perturbant, ne correspondant pas à ce que l'on pensait et savait de soi, et à ses valeurs. Sont ainsi réactualisés dans la relation les désirs incestueux, l'exigence d'omnipotence, difficile à s'avouer et impossible à satisfaire, mais aussi les blessures et les manques, les situations où l'enfant n'a pas eu sa place, n'a pas été accueilli « suffisamment », a été utilisé, et dénié..., et la façon dont l'enfant a fait avec. Geneviève Guy-Gillet¹⁴ parle à cet endroit de « l'enfant mort », rappelant la nécessité de sa prise en compte dans le travail analytique.

La reconnaissance de ces désirs, manques, blessures, privations, et l'accueil dans la relation de la souffrance, des reproches, de la révolte, et des modes par lesquels l'analysant a fait avec, opèrent une forme de réparation. La réparation a cependant ses limites. L'analyse amène à un moment au vécu de l'impossible satisfaction non seulement de ce qui n'avait, de toute façon, pas à être satisfait, mais aussi de ce qui aurait dû l'être ; et l'analyste tient, par-delà l'accueil, cet impossible et le signifie. L'analyse, c'est-à-dire la prise de conscience et le processus de symbolisation et de transformation par la voie de la régression, s'effectue dans la tension entre laisser faire, se laisser traverser, laisser les dynamiques se mettre en place et se dérouler, se jouer/rejouer dans la relation

13. C. G. Jung, *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*, op. cit., p. 378.

14. G. Guy-Gillet, « Le chemin de l'écrevisse ou la régression en questions », in *Cahiers jungiens de psychanalyse*, n° 47, 1985, p. 4.



transférentielle, et barrer la voie de la réalisation concrète, tenir la tension de la non-réponse, la règle de l'abstinence, l'interdit du passage à l'acte.

L'analyste lui aussi est du voyage. Il va devoir, même si c'est « à son corps défendant¹⁵ », accepter de se laisser faire par l'analysant ou, plus exactement, par l'inconscient de celui-ci et les réactivations dans son propre inconscient. Il accueille, reçoit, supporte autant que possible les vécus émotionnels, les impulsions, les attentes parfois très exigeantes, voire dévorantes de l'analysant et ses propres activations inconscientes dans son contre-transfert, ainsi que la confusion amenée par l'intrication entre ses réactivations et celles de l'analysant, et par le fait que les matériaux activés sont très mélangés, mélange de souvenirs, fantasmes, et contenus symboliques qu'il est impossible pendant tout un temps de démêler. *La pratique de la régression par l'analyste est pratique du transfert.* L'attention minutieuse aux réactions contre-transférentielles et aux éléments transférentiels qui peuvent apparaître sont le plus souvent le seul axe sur lequel l'analyste peut s'appuyer pour élaborer une position et décider de ses interventions ou non-interventions, dans cette situation où ni lui ni l'analysant ne peuvent savoir de quoi il retourne, ce qu'ils sont en train de vivre, ce qui se tisse entre eux deux de et par l'inconscient. Sans savoir, sans comprendre, analyste et analysant maintiennent la question de la signification et du sens. Qu'est-ce qui se vit là ? Qu'est-ce qui se rejoue, qu'est-ce qui se joue ? Le maintien du cadre, l'accueil autant que possible sans jugement et la tenue de la tension de la non-réponse par l'analyste, la confiance qu'il garde dans le processus, dans l'analyse, son désir que l'analysant s'en sorte, trouve une issue, son engagement dans la relation, aident au tissage d'une relation transférentielle positive indispensable pour que la régression puisse être gérée, pour qu'elle reste un agent thérapeutique et que les dynamismes qu'elle active ne filent pas trop hors de toute reprise possible.

C'est dans le transfert que l'analyste mesure, questionne, élabore ce qu'il peut, ce qui doit être accueilli, accepté et jusqu'où, et ce qui lui semble devoir être barré, à quel moment c'est possible de signifier plus fermement la non-réponse, la nécessité du renoncement. L'analyse amène à l'élaboration d'une butée à la régression par le vécu du sacrifice, du renoncement, du deuil : sacrifice des attentes et désirs infantiles, de la demande à la mère, du désir d'être comblé, entendu, regardé... *Le processus du sacrifice est un autre aspect de la mise à mort, du passage par la mort*, qui lui aussi prend du temps. C'est par le sacrifice, la mise à mort des attentes et désirs infantiles, de la demande de réparation, et la libération de l'énergie fixée dans ces attentes et dans les défenses contre la frustration et la souffrance, que s'opère la translation d'énergie nécessaire au renouvellement.

Le sacrifice et le deuil sont des processus qui s'opèrent dans un va-et-vient, une mise en tension entre, d'une part, ce qui en l'analysant ne veut pas renon-

15. C. G. Jung, *Psychologie du transfert*, op. cit.

cer, et proteste contre la perte, refuse et résiste, réactions qui ont besoin d'être reconnues, analysées, sans reproche et sans complaisance ; et, d'autre part, ce qui chez l'analysant, de l'intérieur même nous dit Jung, par la poussée archétypique du soi, sent la nécessité du renoncement, du sacrifice, acceptant ce faisant par confiance et par nécessité interne la règle qui lui est signifiée par l'autre, par l'analyste : « C'est alors l'instant dangereux où il faut choisir entre anéantissement et vie nouvelle.¹⁶ » À cet endroit, l'analysant est laissé à son choix. L'analyste peut désirer qu'il s'en sorte, mais à un moment donné c'est sur son désir à lui de vivre que l'analysant va devoir s'appuyer, et il n'y a que lui qui peut trouver, créer ses propres réponses et compromis.

Régression, pulsion de mort et attaque de la vie

Dans le processus déclenché par la régression, ça n'est pas toujours la vie qui gagne. C'est parfois momentané, passager, la mort ne passe pas loin, mais il arrive aussi qu'elle ait le dessus. La régression n'est pas que passage par la mort, elle est aussi risque de maladie et de mort, risque de somatisation, d'enkystement pathogène, de décompensation et de suicide. Jung parle de processus pathogène, d'involution, de développement rétrograde, de dégénérescence. Il interroge ce risque pour Miss Miller dont il explore les imaginations dans ses fantasmes, poèmes et autres productions plus ou moins littéraires dans *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*. Il note qu'elle n'a aucune conscience du conflit qui provoque sa régression, de son refus du monde, de son désir éventuel et de son impossibilité à aller vers l'extérieur, à avoir une relation érotique. Elle ne prend pas non plus conscience du sens des contenus inconscients activés par la régression que contiennent ses imaginations, et des indications qu'ils lui donnent pour sa vie, pour surmonter son conflit. Elle est avalée, possédée par son appel envers la mère, par son attente de « celle qui comprendra », appel et attente dont elle n'a pas conscience. La régression sans butée, sans reprise par la conscience, peut aboutir à l'engloutissement, à l'inconscience, voire à l'anéantissement.

Face à de tels développements chez certains sujets et dans l'analyse, face au phénomène de la répétition, aux « réactions thérapeutiques négatives », aux somatisations et aux suicides, Freud a posé l'hypothèse de la pulsion de mort. La *pulsion de mort* est définie par Freud comme une pulsion, une tendance inhérente à tout psychisme à retourner, régresser vers un état antérieur au vivant, c'est-à-dire vers le non-vivant, l'anorganique. Elle est, ce faisant, autodestructrice. Tournée vers l'extérieur, elle est violence destructrice. Cette destructivité n'a pas pour intention de tuer, elle n'est pas empreinte d'une jouissance à faire mal ou à annihiler. Ce n'est que secondairement que peut s'y greffer une jouissance sadique ou masochiste. Elle veut juste un état de sans-vie, sans-tension.

16. C. G. Jung, *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*, op. cit., p. 486.

« Freud y voit la marque du “démoniaque”, d’une force irréprouvable, indépendante du principe de plaisir et susceptible de s’opposer à lui.¹⁷ » Il s’agit d’une puissance originelle, pour ne pas dire archétypique. Freud parle des forces de vie et de mort, de « ces forces pulsionnelles qui tendent à mener la vie et la mort » comme d’« êtres mythiques » Il les « voit s’affronter [...] dans un combat qui dépasse l’individu humain puisqu’il se retrouverait de façon voilée chez tous les êtres vivants, mêmes les plus primitifs.¹⁸ » C’est une notion qui a été et reste controversée par les freudiens eux-mêmes. Freud la pose comme une hypothèse spéculative aussi insistante comme idée dans sa pensée que le sont les faits auxquels il l’associe, faits eux aussi irréductibles qu’il observe dans la clinique, dans son entourage et dans le monde.

Parmi ces faits, Freud mentionne la réaction thérapeutique négative à laquelle il se heurte dans la clinique. La réaction thérapeutique négative est à différencier du transfert négatif, même si les deux sont souvent entremêlés. Le transfert négatif est l’expression, dans la relation analytique, de vécus négatifs envers un objet donné. La réaction thérapeutique négative est une attaque de l’analyse, de la vie, un refus dynamique de devenir conscient et de prendre existence. Avec l’idée de la pulsion de mort, Freud suggère qu’il y aurait une force, un désir dynamique à l’œuvre, une force d’inertie qui maintiendrait les formes sans changement dans la répétition, et organiserait de façon active un mouvement d’autodestruction et de destruction, de refus, d’attaque de la vie, du changement, de la relation, du lien.

Jung ne parle pas de pulsion de mort. Il décrit cependant dans *Métamorphoses de l’âme et ses symboles*, un combat entre des forces archaïques, avec dans ces forces une tendance à lutter contre le devenir conscient, qui prend la forme, apparaît sous les traits d’une Mère terrible, d’une Mère de mort. Plus tard il en vient lui aussi à penser à l’existence d’une dynamique à l’œuvre dans la psyché et dans le monde qui s’oppose, attaque le devenir, la relation, le lien, l’individualité, et la recherche de sens. Il emploie pour en parler le terme de « Mal ». Le Mal n’est pas ce qui est considéré comme mal, mauvais par le moi, ou la société, mais ce qui vient s’opposer, attaquer la dynamique de l’évolution, du devenir. À partir des années 1940, il s’explique intensément, en particulier dans *Réponse à Job* et dans *Aïon* avec cette idée d’une force, qu’il voit lui aussi comme démoniaque, avec cette figure représentée par le diable et l’Antéchrist. Il en vient à se demander comment concevoir le soi, la totalité, comment le penser et le représenter, avec quelles images ? Le Mal, l’Antéchrist font partie de la psyché. Il faut donc, nous dit-il, arriver à l’intégrer dans notre vision de la nature humaine, et concevoir le soi d’une manière qui « intègre le mal ». Le sacrifice dont il est question là est celui d’une idée du soi, de l’ordre des choses,

17. J. Laplanche et J.-B. Pontalis, « Pulsions de mort », in *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris, PUF, 1981, p. 372.

18. *Ibid.*, p. 376.

d'un schème organisateur du déroulement psychique sur lequel on pourrait tranquillement se reposer, nous évitant si on fait tout bien, la mort, le mal, et le poids et les marques de notre histoire. L'image du soi qui « intègre le mal » est fondatrice d'une attitude en laquelle peuvent se heurter et se rejoindre les forces de vie et les forces de mort, le « Bien » (ce qui désire l'évolution, le lien, être vivant et désirant) et le « Mal » (ce qui s'oppose au mouvement évolutif, au devenir et à l'individualité).

Freud nous explique que la pulsion de mort opère en silence, dans un en-deçà, qu'elle ne se voit pas et apparaît rarement de façon pure, sauf peut-être dans la mélancolie ; elle est toujours alliée secondairement à d'autres dynamiques. La figure de l'Antéchrist est composite, faite de motivations diverses, comme un complexe. On rencontre dans la clinique des *noyaux de blanc, de néant, de haine, une dynamique têtue de néantisation, de refus de la vie, du lien et du sens*. Ils sont en effet composites, tissés de plusieurs facteurs très intriqués, parfois très puissants et prégnants, particulièrement dans les cas dont l'histoire psycho-affective comporte de graves déficits et des blessures précoces. Les facteurs et la façon dont ils sont tissés sont différents d'une personne à l'autre. Ça peut être par exemple le mélange d'une identification à une absence primaire, avec une remise en scène dans le transfert de cette absence primaire, et une jouissance sadique et un masochisme, ou bien l'expression d'une sidération due à des effractions, à des intrusions effractantes, mêlée à de l'envie, et un fort noyau de culpabilité et de honte. S'ajoutent les défenses archaïques, les défenses du soi qui maintiennent dans le vide et le néant, empêchent le mouvement de vie, pour en protéger la potentialité. Ces défenses organisent une coupure, une isolation pour protéger la potentialité d'une mise en jeu de la dynamique du soi vécue comme impossible faute d'un accueil primaire, pour protéger aussi l'autre et soi de la haine et de la destructivité. Les vécus d'incestes, d'abus, organisent aussi un noyau de sidération, de blanc, de néant ainsi que, d'une façon générale, les trous narcissiques, les absences d'inscription faute d'une réponse suffisante et appropriée aux besoins de base et aux élans de désirs. La haine, la révolte, la certitude de l'impossible et la pulsion de mort dynamisent le mouvement de refus et de rejet de l'autre, de soi, et du monde.

Faire avec ça, ou plutôt en permettre l'analyse, n'est pas une mince affaire. En permettre l'analyse, c'est permettre et donc laisser l'espace du vécu, ou revécu des différents facteurs, et leur reconnaissance, y compris la reconnaissance de l'envie de disparaître, de l'impulsion à détruire et à se faire détruire. La possibilité d'un accueil sans complaisance et sans jugement par soi-même et par l'autre de tels contenus se tisse à deux dans l'histoire de la relation transférentielle, dans le heurt et l'entrecroisement de réactions et contre-réactions et la prise de conscience de celles-ci au fur et à mesure de leur apparition. La prise de conscience et la reconnaissance de ces contenus destructeurs de refus et de haine limitent les risques de passage à l'acte, et permettent un travail sur les

organisations pathogènes. Cette reconnaissance est soulageante, elle donne un sentiment d'être reçu entièrement, et permet de ne plus douter de sa valeur intrinsèque, de se sentir aimé avec ça. La totalité, nous dit Jung, n'est pas la perfection.

La première relation à la mère et les blessures précoces

Le travail sur de tels noyaux passe par une régression profonde dans des zones archaïques, dont aujourd'hui la validité, les enjeux, le maniement ont été largement étudiés et débattus. Des travaux jungiens (entre autres Fordham, Neumann) et freudiens (Ferenczi, Klein, Winnicott, Bion, Balint, Anzieu..., pour ne citer qu'eux), qui ont pour beaucoup été interrogés et intégrés dans l'approche clinique jungienne, ont développé des idées, questionnements, débats relatifs à la constitution du psychisme dans les tout premiers temps de la vie, à la prise en compte des blessures précoces et des traumatismes objectifs, et à la prise en charge des cas portant de telles blessures. La première relation à la mère a été observée, décrite et étudiée, ainsi que son importance, dans la constitution d'un fondement narcissique positif, d'une relation sensorielle, interactive, en et avec soi-même, avec son corps, avec les processus vitaux, et avec l'autre.

Dans les années 1930, Ferenczi réinterroge la question du traumatisme dans son versant plus objectif que fantasmé, et la possibilité de la prise en charge de cas considérés par Freud comme inaccessibles à l'analyse, les cas réputés difficiles qu'aujourd'hui on nomme *borderline* et personnalités narcissiques. Dans la prise en charge de ces cas, Ferenczi favorise, provoque même la régression et ne craint pas la régression dans des états primitifs. Il utilise des techniques actives comme la relaxation, met l'accent sur le vécu du contre-transfert et l'utilisation de ce dernier, et essaie ce qu'il appelle l'analyse mutuelle. Il avance qu'il lui semble nécessaire, dans ces cas porteurs de graves traumatismes, de pouvoir satisfaire certaines des demandes qui émergent dans le transfert et d'opérer des transgressions dans le cadre, comme d'accorder ou proposer des séances supplémentaires, même de nuit et pendant les vacances. Freud opposera à Ferenczi la nécessité de l'abstinence, il refusera l'utilisation de techniques actives et pointera les dangers des transgressions à la règle analytique proposées par Ferenczi. Cette opposition radicale, certaines des questions qu'elle a soulevées ainsi que la question de la constitution du psychisme dans les premiers temps et celle de l'importance de la première relation à la mère seront reprises régulièrement et de différentes manières.

Je n'évoquerai ici, et très rapidement, que certains des développements apportés par Balint. Balint a beaucoup étudié la régression. Il m'a semblé pouvoir, en m'appuyant sur ses écrits, donner quelques éléments de repérage et de questionnement sur le travail de régression dans les zones archaïques et sur le traitement des blessures précoces. À mon sens, certaines des idées de Balint se

rapprochent de conceptions développées dans les travaux jungiens et freudiens évoqués ci-dessus, en même temps que d'autres idées opératoires pour la clinique dans ces travaux manquent, et qu'il existe des différences de concepts et d'approches d'un théoricien et praticien à un autre, dont certaines ont fait l'objet de débats. Ces autres idées et les différences, ainsi que les débats, seraient à étudier avec précision, pour interroger plus avant les questions soulevées par la régression dans le travail dans les zones archaïques. Ces idées ont en effet des incidences importantes sur la façon d'aborder et de traiter la régression dans la pratique.

À partir des années 1950, Balint¹⁹, élève et héritier de Ferenczi, a repris les travaux de celui-ci, en tenant compte des remarques de Freud, cherchant une position médiane et développant ses propres axes. Il reconnaît que Ferenczi ne met pas assez de butées à la régression ; qu'il ne mesure pas assez les risques pour lui-même et pour le patient de trop d'accueil et de réponses ; et qu'il ne mesure pas à quel point son type d'engagement peut entraîner le patient dans une avidité orale sans limite et une « assuétude » envers l'analyste, et peut mener au développement de réactions thérapeutiques négatives, avec le risque de ce que Balint appelle une « régression maligne ». La question du danger pour l'analyste et pour l'analysant, du trop d'accueil et de réponses, reste évidemment essentielle dans notre pratique quotidienne.

Ces critiques posées, Balint reprend la question du travail avec les blessures précoces et les modes d'ajustement nécessaires pour ce travail et le maniement de la régression dans les zones primitives. Il cherche un moyen d'évaluer où, quand, comment laisser la régression se dérouler, et où, quand, comment répondre ou non aux demandes des patients régressés dans ces zones-là. Il va lier cette question à la théorie de la relation d'objet, aux idées de Rickman sur la « psychologie à deux personnes », et la différence entre la relation d'objet à un, celle à deux, et celle à trois. Lorsque la régression dans le transfert met en place une psychologie à deux, c'est-à-dire la relation duelle de la dyade primaire, les frustrations et interprétations de la cure classique relevant de la psychologie à trois sont mal tolérées, vécues comme violentes, effractantes, et sont inopérantes. À cet endroit, nous dit Balint, le levier thérapeutique est davantage la relation d'objet que l'interprétation.

Balint propose de suspendre un temps le mode de relation et d'interprétation classique, à trois, afin de permettre le retour, la régression du patient à un mode de relation primitive. Ce qui est alors important, et prend le devant de la scène analytique, c'est la mise en place d'un climat, avec les sons, les tonalités et leur interactivité ; c'est la création d'un climat relationnel de sécurité, où l'analyste accepte de jouer le temps nécessaire le rôle d'« objet primaire », c'est-à-dire « être là, souple, sans offrir de résistance, être indestructible et per-

19. M. Balint (1959), *Les voies de la régression*, Paris, Payot, 1972, et M. Balint (1968), *Le défaut fondamental. Aspects thérapeutiques de la régression*, Paris, Payot, 1971.

mettre à son patient de vivre une sorte d'interpénétration harmonieuse²⁰ ». L'analyste est « toujours présent », « reste discret » et est indestructible, au sens qu'il supporte sans être détruit la haine, les attaques, l'impulsivité, les « demandes impérieuses ». Les limites mises au « trop » dépendent donc en partie de ce que l'analyste peut supporter sans être atteint. L'« interpénétration harmonieuse » et la description de l'« objet primaire » se relie chez Balint à sa conception de l'« amour primaire ». Il s'agit d'une relation d'objet précoce, une unité duelle, celle de la dyade mère-enfant caractérisée par une interdépendance de la mère et de l'enfant.

Chez les patients portant des carences précoces, l'ajustement – le vécu de l'« accord » entre l'enfant et son environnement – n'a pas été « suffisant » (selon l'expression de Winnicott) du fait de soins insuffisants, indifférents ou hyperanxieux. Ces patients ont besoin de vivre cet accord avec un autre, dans la relation thérapeutique, pour intérioriser la possibilité d'un tel vécu et pouvoir s'accorder avec eux-mêmes (soi-même) et avec les autres²¹. Ils ont besoin aussi de régresser dans les zones de leur blessure primaire pour pouvoir la revivre dans la relation, et être reçus dans l'expérience de leur blessure, ainsi que dans leurs « doléances », leurs récriminations, leur griefs, leurs ressentiments, et leurs haines.

Balint, sans aller jusqu'à la disponibilité que proposait Ferenczi, pense lui aussi qu'il est nécessaire, dans le travail sur de telles blessures, de satisfaire certaines demandes qui sont exprimées dans le transfert à l'analyste. Il s'agit, dans le bain de la relation à deux, de doser, de mesurer les satisfactions et les frustrations, d'accorder de petites satisfactions, et d'exposer par petites touches au revécu du traumatisme, de la « catastrophe » ; et cela, jusqu'à ce que le manque, l'absence, la blessure puissent être nommés et reconnus, et jusqu'à ce qu'il soit possible au patient d'opérer un deuil, de faire le deuil d'avoir une autre mère, d'autres parents que ceux-là, et le deuil d'une réparation complète, d'un retour à un état sans blessure – le deuil, nous dit Balint, d'« atteindre l'idéal de soi sans défaut », jusqu'à ce qu'il soit possible au patient d'accepter ce « défaut » comme constituant de soi. Ainsi maniée, la régression peut être « bénigne », c'est-à-dire thérapeutique, et elle débouche sur un *new beginning*, un nouveau commencement.

Régression et renaissance

« Le renouveau, écrit Balint, se produit toujours dans le transfert, c'est-à-dire au sein d'une relation d'objet, et il conduit à une modification entre le

20. Balint cité par M. Moreau-Ricaud, in *Michael Balint, le renouveau de l'École de Budapest*, Saint-Agnès, Érès, 2000, p. 218.

21. Ce que j'ai nommé plus haut en termes jungiens la constitution d'une relation archaïque positive, que l'on peut penser aussi en termes d'intériorisation d'un bon objet sans que les notions soient identiques.

patient et ses objets d'amour et de haine, ce qui entraîne une réduction considérable de l'angoisse. Le renouveau donne aussi... un changement au niveau du moi, des changements caractériels. (Enfin) le renouveau signifie a) le retour à quelque chose de "primitif" à un point antérieur au début de l'évolution viciée [...] et b) simultanément, la découverte d'une voie nouvelle plus adéquate qui équivaut à un progrès²². » Jung, à sa manière et dans ses propres axes, parle aussi du renouveau qui s'opère par le biais de la régression. Il parle en termes de renouvellement et de renaissance, et s'applique à décrire le processus par lequel la régression devient agent de transformation et de création.

Nous l'avons vu, Jung parle peu du travail sur les relations d'objet dans le transfert dans ses aspects de revécu de l'histoire personnelle et d'actualisation de l'organisation pulsionnelle. Par contre, il insiste sur le contact qui s'établit tout au fond du transfert avec soi-même à travers la rencontre avec l'autre. Par-delà le travail de prise de conscience que cela rend possible et le dégagement qui s'ensuit, ce qui est thérapeutique dans l'accueil et la reconnaissance par un autre des contenus inconscients, des besoins, des désirs et de la blessure, c'est la rencontre qu'elle permet, le contact de soi à soi qui s'établit. Jung le décrit comme un accouplement, l'accouplement fondateur du *hierosgamos* (mariage sacré). Dans cette rencontre s'opère une réconciliation avec soi-même, une ré-union et un contact avec la dynamique vivante du soi, un soi qui inclut l'inconscient, l'autre et le monde. L'accouplement en soi avec l'autre et avec l'inconscient aboutit à un ré-enfantement, une « nouvelle naissance », une re-naissance de/du soi.

« Quand on ne la trouble pas, la régression ne s'arrête nullement à la mère ; elle la dépasse, pour atteindre, pourrait-on dire, un "éternel féminin" prénatal, le monde originel des possibilités archétypiques dans lequel, "entouré des images de toutes créatures", l'enfant divin attend en sommeillant de devenir conscient. Ce fils est le germe de la totalité²³. » En deçà de la demande à la mère et de l'« évolution viciée », au-delà de la Mère, la libido, libérée des fixations et de l'ancienne forme démantelée, poursuit sa route et retourne dans les couches archétypiques de la psyché humaine au contact des formes primordiales et de leurs dynamiques numineuses. Ainsi se fait par la création symbolique le renouvellement, la « métamorphose » des « formes dans lesquelles s'inscrivent la libido » et, ce faisant, la création de « soi »-même. La création de soi est renouvellement des formes d'appréhension des différents éléments constitutifs de soi et de la relation, et dans la rencontre avec les autres et les événements elle est construction des *conjunctio*, donnant à la personne ses solutions de compromis pour s'inscrire dans la relation et dans le monde d'une manière qui lui paraît faire sens et être en accord avec elle/soi-même. Cette création a lieu tout au long de la vie.

22. M. Balint, *Le défaut fondamental, aspects thérapeutiques de la régression*, op. cit., p. 179.

23. C. G. Jung, *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*, op. cit., p. 546.

La thérapie ou l'analyse est un recours lorsque ce renouvellement est bloqué ou lorsque la personne n'arrive pas ou plus à trouver un moyen d'exister, d'avoir un sentiment de son existence et de prendre existence. Par la voie de la régression et sa tenue dans l'analyse vont se transformer les modes de désir et de relation, les formes de lien et de séparation, et éventuellement la forme qui organise le fonctionnement psychique, et les modes de *conjunctio* – autrement dit, l'image structurant le contact et la relation avec le soi. Le renouvellement est alors naissance d'un enfant du soi, renaissance de/du soi.

Toute une série de questions dont je ne pointerai rapidement que certaines, s'ouvrent ici quant à l'utilisation des idées de Jung sur la dynamique et les images archétypiques et la visée créatrice de la régression. Élie Humbert et Geneviève Guy-Gillet nous mettent l'un et l'autre en garde contre les risques d'utiliser ces idées pour construire « par-dessus », sans laisser le déroulement énergétique de la régression œuvrer, en évitant et en clivant les vécus de l'« enfant mort ». Utiliser le travail avec les images hors de la relation et sans la prise en compte de l'« enfant mort » « risque de donner à la régression un objet idéalisé, un soi imaginaire », écrit Geneviève Guy-Gillet²⁴. « Celui qui... court-circuite la régression enkyste la blessure et risque de s'enfermer dans une compensation imaginaire », souligne Élie Humbert²⁵. Cet enkystement et cette résolution mécanique, au-dessus, coupée des processus vitaux, peut tout autant arriver par un forcing interprétatif, l'explication remplaçant la compréhension par le vécu de l'intérieur. Il me semble que la question posée est celle de l'utilisation de toutes théories et conceptions quelles qu'elles soient, et la forme et la place à donner à l'interprétation et à l'amplification, en l'occurrence ici dans la pratique de la régression, avec une question particulière relative à la façon dont l'analyste porte les idées qu'il a sur le but du processus de l'analyse.

En ce qui concerne les conceptions jungiennes relatives au but et à la visée de la régression, il est parfois possible avant et pendant la plongée d'entr'apercevoir, d'entendre au travers d'une image le sens de ce qui va se dérouler ou de ce qui se déroule là, et de ressentir la dynamique prospective à l'œuvre. Les intuitions, les sensations du sens et de la dynamique, de l'orientation prospective, aident à ne pas sombrer. Elles soutiennent, et permettent de se rappeler que malgré tout on espère quelque chose de ce parcours. Elles peuvent activer le mouvement prospectif, et font sentir le sens de ce vécu parfois difficile de la régression. Elles sont un aperçu de la visée et du but, et non pas la réalisation de ceux-ci, ni l'assurance que ce qu'elles annoncent arrivera, la question étant de savoir si et comment elles peuvent être pointées. Quant aux images et manifestations du et des renouvellement(s), qui apparaissent parfois pendant la descente et au moment du processus du nouveau, la question est de savoir si et comment l'analyste les pointe, mais aussi jusqu'où il participe, montre qu'il est

24. G. Guy-Gillet, *op. cit.*, p. 5.

25. É. Humbert, *op. cit.*, p. 10.

touché, qu'il entend et ressent la qualité numineuse, le sens et la valeur de vie ; et/ou si, au contraire, il laisse l'analysant seul avec sa découverte, sa valorisation, ses retours en arrière et sa réorientation.

La nouvelle voie qui émerge du vécu de la régression change la donne intérieure et ouvre la possibilité d'aborder autrement les données extérieures actuelles et à venir. La renaissance, la nouvelle façon d'être soi et de désirer, inclut une connaissance et prise en compte de sa blessure, de son histoire et de ses vieilles amours, de ses axes de fragilité, en même temps qu'une moins grande peur de la régression, une plus grande confiance et assurance en soi, et une plus grande capacité à tenir le coup, à tenir le conflit (en soi et avec l'autre), et à créer ses solutions.

Pour conclure

Ne pas troubler la régression, c'est donc, dans une optique jungienne, la laisser œuvrer jusqu'au renouvellement, la renaissance, le ressourcement créateur par le contact avec les couches archétypiques. C'est aussi la laisser dynamiser les contenus inconscients, creuser par-delà les clivages et les défenses jusqu'aux noyaux enkystés, jusqu'aux aspects cachés et refoulés ou dissociés de notre histoire, de notre façon d'aimer, d'être soi et de désirer, et éventuellement jusqu'à la reconnaissance de ce qui refuse, attaque le sens et l'individualité, cela afin que la façon de se vivre soi, dans sa totalité, la façon de trouver ses solutions et d'aimer, incluent le plus possible les différents aspects de soi-même, permettent de se tenir entier, en soi, avec ses failles, ses fragilités, son histoire et son désir. Ne pas troubler la régression, c'est la laisser descendre jusqu'aux zones archaïques, préverbales, jusqu'au revécu dans le transfert de la première relation à la mère, jusqu'à l'intériorisation d'une mère positive donnant à la personne un fondement corporel et sensoriel, une forme de tranquillité, d'assurance, de confiance de base pour se tenir en soi dans son corps propre et en relation.

Dans l'analyse, le vécu de la régression et sa tenue se font dans le transfert, dans une relation avec un autre. Le retour dans le sein maternel, dans le vécu-revécu de la première relation à la mère, la plongée dans l'archaïque, dans les aspects négatifs, pathogènes et parfois noirs se font dans la visée de la renaissance, dans le désir d'être le plus soi-même possible, en accord avec sa vérité intérieure, avec soi-même et avec l'autre. L'idée de cette visée, portée sans certitude que ça arrive, et sans image de la forme que ça prendra, ni du moment où ça se produira, est organisatrice d'une attitude envers la régression : celle d'une ouverture têtue par-delà les risques et les écueils, sans dénier et minimiser ceux-ci, avec dans cette ouverture sans contenu le désir de trouver une voie, et pour l'analyste le désir que l'autre trouve sa voix, sa parole, et trace sa voie.

La régression est un phénomène qui dépasse le moi et échappe à l'entendement. Les idées, conceptions et débats sur les dynamiques qui y œuvrent et

la façon de les manier donnent des points de repère et aident à dégager un questionnement, à définir des opposés. Ces connaissances aident l'analyste, dans la pratique, à dégager les éléments d'une mise en débat intérieur lui permettant l'élaboration d'un positionnement. La pratique de la régression est pratique du transfert et se joue dans le champ interactif de sa dynamique. Ferenczi, pour décrire le positionnement de l'analyste dans la dynamique transférentielle dans le vécu de la régression, utilise une image : celle d'un jeu d'enfant, un personnage lesté de plomb, le culbuto, qui va et vient, bouge, se laisse faire, et tient avec le lest qui lui donne sa stabilité, tout au fond, avec comme point d'ancrage dans ce champ mouvant le plomb, ce qui peut s'entendre avec l'idée jungienne du soi : l'ancrage du plomb, de la pierre, de sa propre intégrité en interaction avec celle de l'autre dans un lien et un amour de la vie et du sens, et un désir que l'autre trace, trouve sa voie et sa voix.

RÉSUMÉ : *Partant de quelques-uns des textes fondateurs de Freud, de Jung, de Ferenczi et de Balint concernant la régression, l'article expose quelques-unes des idées et des controverses relatives à la régression, à son utilisation et à son maniement. La pratique de la régression dans l'analyse est pratique du transfert, elle est un voyage à deux, un passage par la mort difficile et périlleux. La question de la pulsion de mort est discutée, ainsi que celle de la régression jusqu'à la première relation à la mère, celle du traitement des blessures précoces, et celle de la juste place de l'idée de renaissance.*

SUMMARY : *Drawing on seminal texts by Freud, Jung, Ferenczi and Balint on the subject of regression, the article discusses theories and issues about when, how, and why regression is a useful tool. In analysis, the practice of regression implies transference: a journey made by two people, a difficult and hazardous exploration of death. The author discusses such themes as the death wish, regression back to the earliest relationship with the mother, the healing of early wounds, and the proper understanding of the concept of rebirth.*

Mots-clés : Adaptation – Blessures précoces – Le Mal – Pulsion de mort – Régression – Relation primaire – Renaissance – Transfert.