

Cet article est disponible en ligne à l'adresse :

http://www.cairn.info/article.php?ID_REVUE=GEST&ID_NUMPUBLIE=GEST_031&ID_ARTICLE=GEST_031_0181

Notes de lecture

| la Société Française de Gestalt | Revue de la Société Française de Gestalt

2006/2 - n° 31

ISSN 1154-5232 | pages 181 à 190

Pour citer cet article :

– Notes de lecture, Revue de la Société Française de Gestalt 2006/2, n° 31, p. 181-190.

Distribution électronique Cairn pour la Société Française de Gestalt.

© la Société Française de Gestalt. 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.

Devenir anorexique, une approche sociologique.

Muriel Darmon

Ed La Découverte, Paris, 2003, 350 p.

Lecture d'Elisabeth ZAMANSKY

L'anorexie nous paraît être un sujet exclusivement psychologique et c'est ce qui a été renvoyé à Muriel Darmon par les institutions médicales quand elle a pris contact avec elles. Les « psys » relèguent le social à n'être qu'un contexte ; pour eux la psychopathologie individuelle est le cœur et l'explication ultime des troubles alimentaires.

L'approche sociologique partage avec la Gestalt-thérapie d'être phénoménologique. Les théories étiologiques, comportementales ou psychanalytiques (qu'elles parlent d'un trouble de la relation à la mère ou du refus de la féminité), sont écartées en tant que telles ; elles ne sont citées que comme des outils, différents selon les institutions, qui vont modeler le discours des soignants et le discours sur soi des patientes. M. Darmon va s'attacher à décrire au plus près le processus : comment entre-t-on dans la « carrière » anorexique, comment s'y maintient-on et comment peut-on en sortir ?

L'entrée dans la carrière est banale, un régime la plupart du temps encouragé et accompagné par la mère, parfois par des amies. Le maintien va être lié à une capacité de réussir le régime qui va développer une disposition à la maîtrise de soi. Cette

capacité va s'étendre souvent à toutes les activités, intellectuelles et corporelles. Il ne s'agit pas seulement de maigrir mais d'être la personne idéale que l'on souhaite tant pour le poids que pour la réussite scolaire et sportive.

C'est là qu'intervient la pathologie : cette transformation de soi radicale est autonomée. Au début il y a bien « être plus mince que un tel » ou « meilleure en endurance que un tel » mais peu à peu aucune référence extérieure n'a d'importance. Les normes que la personne anorexique s'impose sont dangereuses.

Pour une sociologue, une telle transformation de soi n'est habituellement possible que sous la pression d'une « institution totale ». On comprend alors qu'il faudra tout le poids institutionnel, « une institution totale », pour faire le travail de déconstruction inverse : Abandonner la maîtrise de tout, s'en remettre à d'autres, accepter les normes décidées par les autres et cela doit se faire dans tous les domaines (nourriture, activités intellectuelles, sportives, relationnelles....). L'anorexique mettra tout en place pour résister à cette nouvelle transformation, pour elle c'est la perte de l'identité choisie et dont elle est fière.

Mais M. Darmon conteste qu'il s'agisse d'un choix de vie. L'analyse des conditions sociales de possibilité montre que le recrutement correspond à un entrecroisement de variables sociales (de genre, de classe et d'âge). Des ensembles de représentations et de normes semblent nécessaires : le caractère inachevé du corps, sa malléabilité, particulièrement celle du corps des femmes et la période de l'adolescence comme un temps

particulièrement favorable à un travail sur le corps. Ces représentations et normes sont plus actives dans les classes sociales moyennes et supérieures.

Lire cette thèse de sociologie m'a intéressée à plusieurs titres : en me décentrant, j'opérais une rupture par rapport à toutes les opinions communément admises, celle des « spécialistes » de l'anorexie. J'ai pu voir à l'œuvre la modélisation du patient par le discours du « psy », reconsidérer la place de la mère dans l'entrée dans « la carrière anorexique », voir pleinement la déviation dans cette « toute puissance » autonomée, mieux comprendre la résistance à quitter cette carrière quand elle s'est construite souvent sur le mépris des autres et la valorisation absolue de son modèle... J'accepte sans doute mieux la violence du traitement, de l'ordre de l'institution totale, si je la mets en parallèle avec le travail de déformation de soi entrepris par l'anorexique...

Ma cuisine intérieure Décodez ce que manger veut dire.

Michel Gillain

Ed. OpenWay, 2006, 285 pages.

Lecture de Jean-Paul DEHUT

Vous avez en mains le livre « Ma Cuisine Intérieure ; décodez ce que manger veut dire ». Avant de l'ouvrir, que souhaitez-vous

découvrir d'original, d'utile et de modéré, d'applicable et de praticable au quotidien, sur un sujet déjà si souvent abordé ?

Michel Gillain, Gestalt-thérapeute, s'est spécialisé dans le domaine de la relation à la nourriture. Diplômé en gestion hôtelière, formé à la psychothérapie à l'École Parisienne de Gestalt, il crée ensuite « Ma Cuisine Intérieure », espace spécifique où les troubles alimentaires sont traités par la Gestalt-thérapie.

Dans son premier livre, Michel Gillain explore comment éliminer la motivation pathologique pour la nourriture sans affaiblir la motivation pour les besoins nourriciers fondamentaux. Il suggère la possibilité d'obtenir cette dissociation en cultivant un art d'être en vie, sous la forme d'interaction et d'échange originaux avec soi-même et avec autrui, par lequel l'art culinaire devient le prolongement esthétique de l'action de se nourrir... Une manière singulière, propre à chacun, d'être en contact authentique avec sa nourriture, par le biais du sens, de la sensation, de l'émotion, en décodant le ou les processus à l'œuvre lorsqu'il s'agit de « passer à table ».

L'alimentation satisfait deux besoins fondamentaux : celui de se nourrir pour se développer et la satisfaction d'un besoin d'amour, de communication et d'échange. Dans son livre « *Le Moi, la Faim et l'Aggressivité* » Frédérick Perls soulignait que « la primauté de la nourriture a peut-être l'avantage d'initier la convivialité du partage de la nourriture... Elle initie aux interactions continues et chaleureuses de l'individu dans sa vie privée et sociale. En cela, l'alimentation est le "tire-bou-

chon" des inhibitions mentales ». Dans son livre « *Ma Cuisine Intérieure* » Michel Gillain corrobore cette assertion. Le comportement alimentaire est un indicateur précieux, métaphore de l'état psychique et émotif d'une personne. Après avoir situé l'origine de cette préoccupation, il explore l'utilisation de repères théoriques de la Gestalt-thérapie comme soutien dans le contact avec l'expérience nourricière. Il mentionne, par exemple, le cycle de la satisfaction des besoins, avec les résistances éventuelles, décrit à l'occasion d'un repas. En s'étayant sur des conceptualisations plus élaborées, des clés de compréhension, des créations de son cru et quelques mises en situation, il encourage la prise de conscience d'un comportement sain et spontané dans le sens d'un ajustement propre à chacun.

Les dernières décennies ont vu apparaître le culte du corps, un corps idéal, bien différent du corps réel. Dans un tel climat, les troubles alimentaires, comme l'anorexie et la boulimie indéniablement associés à l'image de soi et à la forme et au poids du corps, émergent et interpellent de plus en plus. Certes, pourtant le trouble alimentaire peut être abordé tel un vecteur, forme intermédiaire en laquelle est transformée l'énergie d'une relation primaire, prohibant le contact adéquat avec autrui et avec la nourriture. L'auteur se penche sur l'identification primaire avec la mère qu'il estime plus signifiante dans les cas de boulimie que dans les cas d'anorexie. Pour ces deux pathologies, le père semble toutefois manquer dans sa fonction de couper symboliquement le lien fusionnel entre la mère et

l'enfant. En tout état de cause les destins de l'affect, lié à une représentation, rendent possible l'isolement et la mise en place de mécanismes de défense. Les pathologies qui en résultent, telles l'anorexie et la boulimie, se vivent dans l'angoisse, la culpabilité, la honte et le dégoût de soi. Pour un mieux être – ou comment être différemment en relation à – l'auteur souligne la nécessité d'une prise de conscience des représentations et des affects souvent culpabilisants, de renouer avec le concept de plaisir et d'envie en insistant sur l'importance de l'émotion « carburant » de la mise en mouvement. Le charisme de Michel Gillain s'exprime pleinement dans l'expérimentation de ces concepts. L'apparition de menus gastronomiques, au fil du récit, montre son souci de placer en conséquence le lecteur dans la position d'expérimentateur. À tout le moins, il source l'eau à la bouche... et de la source au puits il n'y a que quelques pas ! Dans sa pratique thérapeutique, chacune et chacun a l'occasion d'ouvrir un frigidaire, de choisir et préparer sa nourriture, de se mettre à table, puis de s'en aller satisfait. Son passé de restaurateur s'actualise dans son désir de restaurer, dans tous les sens de ce terme.

Au cours des dernières années, plusieurs recherches et modèles étiologiques des troubles alimentaires ont vu le jour, ainsi que maintes propositions thérapeutiques. Ces diverses conceptions apportent une vision plus globale de ces troubles et se complètent au niveau thérapeutique dans une approche pluridisciplinaire. L'ouvrage de Michel Gillain place « une cuisine intérieure dans cet

édifice » en s'adressant directement et simplement aux personnes concernées ou touchées par cette souffrance. Vous entrez dans cet espace en ouvrant le livre...

Pour ma part, je suis un « fruit de mer », un nourrisson amateur de perles de vie.

La Gestalt-thérapie, un processus créatif

Joseph Zinker,
Dunod-Inter Editions, Paris, 2006, 298 p.
Préface de Serge Ginger

Le thérapeute en tant qu'artiste

Écrits de 1975 à 2001. Traces d'une filiation constitutive de la Gestalt-thérapie
Joseph Zinker,
L'Harmattan, Paris, 2006, 236 p.
Préface de Dominique Reinecke

Lecture de Francis VANOYE

Ces deux ouvrages nous mènent non loin des origines de la Gestalt-thérapie, puisque Joseph Zinker, né en 1934 en Pologne, arrivé aux États-Unis en 1949, a été l'élève de F. Perls puis de E. Polster : certains lecteurs de la présente revue le connaissent pour avoir travaillé avec lui lors d'un de ses fréquents séjours européens. Le premier ouvrage est une réédition augmentée de *Se créer par la*

Gestalt, première traduction française parue à Montréal en 1981 de *Creative Process in Gestalt Therapy*, paru en 1977 aux États-Unis. Cette nouvelle édition a été entièrement revue par Serge Ginger, avec la collaboration et l'accord de J. Zinker.

Le second ouvrage est un recueil d'articles rassemblés et traduits (avec le concours de divers collaborateurs) par Dominik Reinecke. Il présente au moins trois sortes d'intérêt, correspondant aux trois parties qui le structurent. D'abord un intérêt en quelque sorte historique, voire archéologique, s'agissant de la biographie de Zinker (heureusement complétée par la préface de S. Ginger au second ouvrage) et, surtout, des racines d'une démarche psychothérapeutique fondée sur des principes tels que « convertir le symptôme en soutien », travailler avec la présence, envisager la psychothérapie comme « interaction dynamique entre deux personnes », « entre les vies intérieures de ces deux personnes », et l'expérimentation comme mouvement, construction de formes. Une magnifique citation de Rilke (p. 44) permet d'associer la formation du poète et celle du psychothérapeute, le processus thérapeutique et le processus de création artistique. Un dialogue imaginaire entre Perls et Zinker, très amusant, offre une image plaisante du grand Fritz. Ensuite (deuxième partie) un intérêt quant au développement d'une pensée, puisque les articles rassemblés dans la partie « Créativité – posture du thérapeute » sont à la base du livre de 1977. Zinker y expose les composantes du processus créatif en Gestalt : l'accueil de l'« intégrité personnelle » du patient et le

« façonnage révolutionnaire ». Des propositions désormais bien connues des Gestaltistes, mais exposées avec passion, foisonnent. Par exemple : traduire sans relâche les paroles, les récits ou les intuitions en actes expérimentaux, capter et développer les énergies du client, incarner les métaphores, faire dialoguer les polarités, alterner les interventions « évocatrices » (centrées sur la sensation, l'*awareness*) et les interventions « provocatrices » (centrées sur l'énergie, le mouvement), cultiver la présence « en fond » (pas « en avant » : Zinker a de belles pages sur cette forme de présence, à la fois intense et discrète, du thérapeute), envisager l'introjection comme phénomène de champ social, etc. Deux qualités animent le Gestalt-thérapeute selon Zinker : le courage de l'expérimentation créative (du « saut créatif »), la mise à l'écart des envies de plaire, d'aider en faisant plaisir, de briller. L'amour qu'il porte à son client est d'ordre « grand-parental », il est lié à la célébration quasi-inconditionnelle de la vie.

L'intérêt de la troisième partie est plus spécifique : il concerne le travail avec les couples. Cette partie est très pénétrée de références à l'approche systémique. Deux conversations avec Sonia Nevis se révèlent très stimulantes : elles évoquent notamment l'« insupportable de l'attachement » et « l'impossible du mariage », ainsi que la question de la vérité, du mensonge et du pouvoir dans le couple (ceci devrait intéresser quelques lecteurs). Zinker s'abandonne parfois à faire des listes de propositions de travail ; son descriptif d'une séance de thérapie de couple est

très stimulant, qu'il s'agisse du dispositif d'observation des processus de contacts (écartant toute intervention portant sur le contenu des échanges), de la manière de repérer l'énergie chez les partenaires, de travailler avec le silence, ou de discuter avec sa « consultante » devant le couple avant de lui faire part d'observations et de faire des suggestions d'expérimentation.

Le thérapeute en tant qu'artiste s'appuie sur ses intuitions, sur les images qui le traversent au contact de son client et pose sur ce dernier un regard esthétique, un regard faisant varier le cadre et le point de vue (Zinker se réfère alors à la phénoménologie). Par exemple : pendant un moment, faites l'expérience de regarder et d'écouter votre client comme si vous étiez votre mère (ou votre père)... La thérapie selon Zinker relève du chant, de la danse, de la prière, de la célébration.

Lors de ma première lecture au début des années 80 de ce qui s'intitulait encore *Se créer par la Gestalt*, j'avais été quelque peu irrité par un discours qui me semblait inconditionnellement optimiste et philanthrope, et que j'étais tenté d'interpréter comme une sorte de formation réactionnelle, venant d'un homme qui avait traversé les pires épreuves tout au long de son enfance (persécutions en tant que juif polonais, ensevelissement sous les bombes, camps de réfugiés, etc.). La présente édition de *La Gestalt-thérapie, un processus créatif* comporte une émouvante conclusion écrite par Zinker plus de trente ans après la parution de la première version du livre. « On ne peut plus voir la thé-

rapie d'un œil romantique », écrit-il notamment. Et il trouve des accents dignes du Freud de *Malaise dans la civilisation* pour dire qu'aujourd'hui « "Faire" de la Gestalt signifie reconnaître la réalité de notre cruauté, de notre froideur, de notre absence de sens – tout autant que notre bonté et notre générosité » (p. 294). Relisant alors tout le livre avec le regard d'un « homme réaliste », j'y trouve, l'expérience de vingt-cinq années de pratique m'y aidant incontestablement, bien des richesses. La liste des quatorze blocages à la créativité (p. 69) est des plus stimulantes, de même que l'idée selon laquelle l'intuition se fonde (et donc se cultive) sur le travail, sur l'expérience et sur la rêverie, ou que le désir de satisfaction immédiate des besoins relève du puritanisme. L'ensemble du texte de Zinker me frappe par son abondance, sa générosité. Peut-être excessive, cette générosité : les transcriptions de séances donnent parfois l'impression d'un vertigineux bavardage (un peu comme celles que je trouve dans *Mensonges sur le divan* D'Irvin D. Yalom, Galaad éditions, 2006, que je lis dans la foulée, qui tout à la fois me ravit et m'épuise : pourquoi faut-il que le thérapeute s'explique tant, se justifie tant, parle autant de lui ? est-ce une spécificité américaine ? à trente ans de distance je trouve la même propension à la logorrhée verbale chez Zinker et chez Yalom !). Mais cette générosité nous offre aussi un beau chapitre sur le « bond créateur » (ch. 2), des descriptions claires des formes de blocages et d'interruptions dans le cycle du contact (ch. 5), des pages précises et nourries sur l'expérimentation (ch. 6), un

moment un peu bavard sur les polarités (ch. 8) mais qui préfigure la « roue des pathologies » de Serge Ginger, une prise en compte intéressante de la « Gestalt sociale » à propos des groupes (ch.7, par ailleurs un peu confus, manquant d'épine dorsale), une conception personnelle de l'Art comme comblement, affirmation, rébellion, célébration, échappatoire...

Je pense avec Zinker qu'« un thérapeute doit ouvrir les yeux sur le cynisme, la cruauté, l'exploitation » et que « nos clients ne se sentent pas en sécurité et à l'abri dans ce monde » (p.294). Mais je pense aussi que ces deux livres, avec leurs imperfections, leur parfum des années 70, sont de ceux qui donnent encore et toujours envie de faire face à ces réalités : ce sont donc d'heureuses rééditions.

Psychothérapie : 100 réponses pour en finir avec les idées reçues

Serge Ginger.

Éditions Dunod. Paris, 2006, 288 p.

Lecture de Marie-Françoise BONICEL

La suspicion qui m'a envahie devant le titre de l'ouvrage aux couleurs de *recettes* s'est vite dissipée. Tout d'abord parce que l'auteur qui annonce 100 réponses à des *idées reçues*, n'en répertorie finalement que 68... et répond avec son agilité coutumière

à bien d'autres qui ne sont pas annoncées !

Ceux qui l'ont rencontré, lu, écouté reconnaîtront sa manière de faire et d'être : l'ouvrage ressemble à son auteur : arborescent et rempli de la vitalité de la psychothérapie dont il se fait le chantre engagé.

Pour un lecteur occasionnel, faut-il rappeler, en effet, que Serge Ginger est fondateur de l'École Parisienne de Gestalt (EPG), Secrétaire général de la Fédération Française de Psychothérapie et Psychanalyse (FF2P) et Président de la Commission d'accréditation des instituts de formation dans la quarantaine de pays membres de l'*European Association for Psychotherapy* (EAP), auteur traduit en 12 langues. On en oublierait qu'il est d'abord un praticien de la thérapie, des différentes thérapies, même si son ancrage est depuis longtemps la Gestalt.

Pourquoi ce sentiment d'arborescence ?

Pour plusieurs raisons :

L'auteur aborde à la fois les *idées-reçues* sur la psychothérapie (différences entre les thérapies, rapport à l'argent) et celles qui se formulent au cours de la thérapie (relation au thérapeute, cohabitation traitement et thérapie, charte de la personne en thérapie).

Mais il aborde aussi des idées-reçues qui circulent au quotidien (les vrais jumeaux sont identiques ou les homosexuels sont efféminés) et qui ne relèvent pas forcément du champ thérapeutique.

Par ailleurs, l'auteur explore en début d'ouvrage les *idées-reçues* sur les différents courants de la thérapie et, dans des annexes précises et documentées, réca-

pitule les différents courants dans leur contexte historique. Certains aspects sont également repris à nouveau au centre du livre dans le chapitre consacré à la Gestalt. Cela amène ainsi à quelques redondances bien que, le champ étant différent, les éclairages se complètent.

Je regrette au passage que, dans le cours de l'ouvrage, ne soient pas abordées les représentations qui sous-tendent ces *idées-reçues*, seul moyen de faire évoluer leur irrationalité.

L'auteur les passe en revue en dix séquences qui balayent le contexte politique et social de la psychothérapie (où s'égaré une séquence intitulée « *Nous sommes marqués par notre passé. Comprendre les racines de mon mal-être m'aidera à le dissiper* »), les courants et méthodes, la relation au thérapeute dans ses dimensions techniques et éthiques. Il aborde ensuite les questions liées à la psychopathologie, la sexualité, le cerveau et la neurobiologie (son cheval de bataille). Une séquence est consacrée à une conclusion... qui volontairement ne conclut pas, pour aboutir aux généreuses annexes où il procède à un état des lieux de la psychothérapie en France.

A qui s'adresse l'ouvrage ?

Je vois cinq publics et je confirme cette affirmation après avoir testé positivement ce livre auprès d'eux.

- Aux thérapeutes soucieux de connaître les autres courants que le leur, au delà des chapeaux, et confrontés eux-mêmes à des lieux communs et stéréotypes.

- Aux personnels soignants, formateurs, enseignants, éducateurs, DRH, conseillers, directeurs spirituels, qui dans leurs métiers sont confrontés à la souffrance, aux difficultés professionnelles, psychiques ou existentielles et sont des médiateurs privilégiés vers les professionnels de la thérapie.
- Évidemment aux clients ou patients potentiels qui se posent pour eux-mêmes tant de questions avant de s'engager dans ce long chemin qui mène à soi-même.
- Aux proches qui vivent parfois douloureusement ou dans l'inquiétude l'entrée en thérapie, ou qui voudraient être des intermédiaires facilitateurs.
- On pourrait y ajouter également les institutionnels, politiques et décideurs .

Tous trouveront leur compte aussi dans la bibliographie de chaque chapitre : « pour aller plus loin », complétée par une bibliographie générale en fin d'ouvrage et un glossaire des sigles et acronymes, ainsi que par les adresses des principales associations et syndicats de thérapeutes.

Ce que j'ai apprécié particulièrement :

- Le foisonnement d'informations et le large balayage des questions abordées de manière très concrète.
- Une méritoire objectivité qui se manifeste dans l'approche des différents courants de la psychothérapie, et que l'on retrouve, par exemple, dans la description de la notion de transfert, concept non central en Gestalt, évoqué à propos de « *j'aimerais devenir amie de mon thérapeute* ».
- La mise en garde devant des idées-reçues

qui sont l'expression des angoisses ou modes d'une époque : « *mon beau-père a abusé de moi durant mon enfance, on me conseille de porter plainte* » ou « *il faut à tout prix retrouver le père inconnu* ».

L'auteur est à cet égard dans une attitude de prudence, loin des dogmatismes.

- Le langage très abordable, qui ne simplifie pas à outrance pour autant.

Ce que je recommanderais :

Faire comme moi : lire le livre dans le désordre, en commençant par la fin ou le milieu, ce qui serait une manière gestaltiste d'entrer dans ce livre par différents champs et dans des postures différentes. Et aussi sourire devant les « *défauts* » de l'ouvrage, évoqués plus haut, et de le considérer habité et porté par l'enthousiasme combatif et le sérieux du professionnel reconnu.

L'expérience de Serge Ginger, son itinéraire de vie, sa culture internationale, son engagement pour la promotion de la thérapie, loin des intégrismes, l'ouverture d'esprit mais aussi la rigueur nécessaire pour accompagner les personnes en souffrance, disent la vitalité de l'homme et du professionnel. Un ouvrage incarné et crédible, à mettre entre toutes les mains.

La Troisième Histoire Patient-psychothérapeute : fonds et forme du processus relationnel

Jean-Marie Delacroix
Édition Dangles, 2006.

Lecture de Marie-Paule GLACHANT

Enigmatique, le titre du livre attire l'attention : qu'est-ce que cette « troisième histoire » ? Mais il n'annonce pas vraiment son contenu. En fait, l'ouvrage est surtout l'occasion d'une autobiographie. C'est à l'histoire de l'élaboration d'une pensée et d'une longue pratique clinique que le lecteur est convié, presque un document testamentaire. « Voilà ce qu'a été ma vie, voilà ce que j'ai fait, ce que je pense, voilà ce que je crois... » semble nous dire son auteur, bien connu des Gestaltistes. Co-fondateur de l'I.G.G. (Institut de Gestalt de Grenoble) en 1981, Jean-Marie Delacroix est actuellement directeur pédagogique du GREFOR (Institut Gestalt-thérapie Recherche Formation de Grenoble).

Il ne faut pas s'attendre à un ouvrage théorique, comme pourrait le laisser entendre le sous-titre : « Fonds et forme du processus relationnel ». Même si le clinicien est très fécond dans ce livre (nombreuses vignettes cliniques), c'est plutôt l'homme qui a frôlé l'indicible, la mort, le seuil... qui s'exprime ici, dans sa dimension humaine, personnelle, existentielle... Donc, ce livre serait une sorte de voyage autobiographique ? Oui, j'ai bien eu cette impression à la lecture, comme cela le serait à bord d'un voilier, soumis aux vents

du large et aux humeurs vagabondes du skipper. Une fois cette règle du « Je » comprise et admise, la curiosité peut aller libre cours, car de nombreuses îles-escales sont proposées. Dans cet archipel multiforme, mon attention de voyageuse curieuse s'est arrêtée sur quelques îlots singuliers, propres à J. M. Delacroix.

- *L'incontournable question de l'anthropologie* : imprégné de culture africaine et amazonienne, J. M. Delacroix nous invite à interroger nos conditionnements culturels, par exemple, notre rapport au temps, qu'il analyse comme interruption du cycle de contact. Exemple : « L'introjection est... le temps arrêté, figé, le temps de l'ancêtre envahissant le temps présent », la confluence, « un mécanisme d'abolition du temps », et la psychothérapie devient une démarche pour « guérir le temps » (jolie expression empruntée à un thérapeute amazonien)

- *Le « mythe » de la fin des Gestalt inachevées* : le clinicien veut en finir avec le mythe (« avec lequel », dit-il, « de nombreux thérapeutes ont travaillé et travaillent encore ») du projet d'achèvement des Gestalts et l'idée que nous pourrions les achever réellement ou symboliquement. Il nous invite plutôt à mobiliser notre créativité gestaltiste, à « vivre à la frontière » (titre de l'ouvrage de Laura Perls), sur un mode nouveau, original...

- *Psychopathologie gestaltiste de la maladie* : J. M. Delacroix nous livre son vécu personnel : une maladie hépatique qui a évolué à bas bruit et a nécessité une greffe du foie. Il analyse cet accident de santé comme

un phénomène de champ, probablement négligé pendant des années, (la maladie étant une « maladie du contact » au sens gestaltiste). Il en tire des conclusions pour l'accompagnement psychothérapeutique des personnes malades : travailler sur la fonction « ça », élargir la conscience corporelle, dialoguer avec le symptôme ou la partie malade, etc... (Cf. note de lecture de M.P. Glachant, revue Gestalt n° 21, sur le travail psychothérapeutique très spécifique mené par Adriana Schnake, médecin gestaltiste au Chili, qui fait dialoguer ses patients avec l'organe malade, expérience évoquée ici par J.M. Delacroix)

- *Le « corps-fond »* J.M. Delacroix commente la formule de Perls, Hefferline et Goodman : « Le ça est le fond donné », et complète : « le corps est le fond donné ». Invitation à revoir tous les aspects de la fonction ça dans la séance thérapeutique (individuelle ou en groupe) : awareness du psychothérapeute, mobilisation corporelle, attention à la respiration...

- *La transe, le rêve...* Les états de conscience modifiée occupent une place particulière dans l'approche psychothérapeutique de J. M. Delacroix (notamment la transe, décrite et vécue par l'auteur, à travers différentes pratiques chamaniques). La psychothérapie, elle-même, expérience d'ouverture et d'élargissement de la conscience, ouvre la question du sens, et de la finalité du processus, dont l'aboutissement ultime, la mort... « Dimension "sacrée" » du lien psychothérapeutique ?

Après 400 pages de navigation expérientielle et diversifiée, le lecteur voit se dessi-

ner les contours du rivage annoncé dans le titre du livre : la relation thérapeutique. Convergence naturelle des interrogations de son auteur, entre pratique clinique, anthropologie, philosophie, spiritualité..., la relation thérapeutique prend une dimension sacrée. Elle devient la « troisième histoire ». Il est dommage qu'avec un tel choix d'intitulé, le chiffre « trois » n'ait pas été analysé dans ses dimensions symbolique, psychanalytique, religieuse...

Mais, en cette fin d'ouvrage, est-il question d'analyse ou tout simplement de croyance ? J. M. Delacroix nous laisse, stupéfaits, tout à l'émerveillement de sa découverte : « Quand l'ego disparaît, apparaît alors l'essentiel : la relation... la relation à l'état pur, celle qu'on ne peut nommer, et qui renvoie dans la tradition juive à celui qu'on ne peut pas nommer. « La relation, c'est Dieu » (p. 462).

La stupéfaction passée, le lecteur est en droit de se poser la question : Tout est-il dit ?... ou la « Troisième Histoire » reste-t-elle à écrire ?