

# le divan.

## Épisode 12.

11 juin 2021

*Interlude d'introduction*

*le divan, le podcast qui parle de l'analyse depuis le divan*

Dans le divan, il y a l'envie de donner à voir ce qu'est la psychanalyse et ce qu'il se passe lorsqu'on est en analyse, de parler de pourquoi et de comment on arrive chez un analyste, de ce que ça fait de s'allonger sur un divan et ce faisant il nous sera peut-être donné de montrer comment la psychanalyse est toujours d'actualité...

Je vous retrouve après une absence, il m'a fallu prendre le temps pour penser, temps qui m'a été nécessaire pour me recentrer et investir de nouveaux projets.

Pour ceux parmi vous qui êtes là aujourd'hui, je vous dis merci, merci pour votre intérêt pour ce travail, merci pour votre écoute et merci pour nos échanges, et maintenant, place à l'épisode.

Dans ce douzième épisode du divan, il s'agit de parler de résistances. Ce phénomène psychique fait obstacle au travail de l'analyse et ce, sous des formes singulières, c'est-à-dire propre à chaque sujet.

Bonjour à tous, je m'appelle Stacey, je suis psychologue clinicienne et je suis en analyse depuis 7 ans.

Laplanche et Pontalis, dans le *Vocabulaire de la psychanalyse* donnent la définition suivante de la résistance : "on donne le nom de résistance à tout ce qui, dans les actions et les paroles de l'analysant, s'oppose à l'accès de celui-ci à son inconscient."

Au cours d'une analyse, il est possible d'observer la résistance sous plusieurs formes : Des séances que l'on cherche à repousser ou à annuler, des textes écrits préparés à l'avance que l'on cherche à rapporter en séance, la confusion qui nous habite face à l'interprétation de l'analyste, les lèvres qui se scellent comme si dire était impossible ou encore le discours logorrhéique qui fait que les mots fuient justement pour ne pas dire ce qui importe d'être dit. Je pourrais continuer les exemples mais je pense que vous avez saisi l'idée.

La résistance est ce phénomène psychique subjectif, propre à chacun donc, qui vient faire entrave à l'expression de l'inconscient et plus particulièrement, à l'expression du refoulé. Le refoulé c'est cette part rigoureusement tue et source de conflit psychique. C'est ce dont chaque sujet de l'inconscient maintient par tous les moyens possibles, je précise qu'ils sont souvent inconscients, dans le système inconscient. Ce "je n'en veux rien savoir".

Imaginez, chacun d'entre nous est une maison, il y fait nuit noire, notre conscience est notre unique source de lumière, lumière par laquelle il nous est permis d'y voir un peu clair, une flamme vacillante, tantôt nous voyons clairement, tantôt moins ; tout autour, il fait nuit noire. Tout autour, c'est le lieu de l'inconscient. La maison est grande, et tous les couloirs, les placards, le grenier, les pièces abandonnées et les pièces condamnées existent. Et tout ce qui vit en nous, tout ce qui nous traverse existe bien. Ça travaille et vit au sein de ce lieu dont nous sommes sujets.

Notre instinct, nos désirs, nos tabous, nos pensées interdites, nos souvenirs que nous ne pouvons pas voir à la lumière du jour, que nous avons déplacés dans l'obscurité, ils dansent autour de nous dans l'obscurité de la nuit, ils nous tourmentent, nous gardent éveillé la nuit, nous hantent, chuchotent à nos oreilles, ils nous font peur et nous rendent malade.

Ces émanations de l'inconscient qui constituent le refoulé, sont maintenues dans l'obscurité justement par les résistances. Ce que les résistances mettent en lumière, c'est l'existence du conflit psychique qui nous habite et qui mène chaque sujet à vivre son existence sur un mode qui lui est spécifique.

Dans l'épisode 3, il s'agissait de mettre en lumière la caractéristique dynamique du système pulsionnel et des effets de l'inconscient sur ce qui vit à l'intérieur de nous. Ce conflit psychique est l'une des sources du prisme par lequel chacun se vit et s'organise avec le monde extérieur et les autres.

#### *Récit d'un cas fictif*

*Voici un homme qui souffre de ses histoires d'amour qui ne durent pas et de sa relation à ses parents. Au fur et à mesure qu'il déploie son récit, on l'entend dire : "j'ai*

*fait toute mes démarches seul, je me suis installé après mes études, ma mère m'a accompagné pour m'aider, finalement, elle n'a pas été présente pour aucune des démarches ni visite d'appartement... bref je me suis débrouillé tout seul. Après tout, c'est comme ça depuis toujours, même adolescent, je préférais m'en remettre à des amis plutôt que de faire part de mes peines à mes parents. Ils n'étaient pas disponibles. Ce que je vivais ne les intéressait pas... Bref, je ne compte que sur moi, au moins comme ça, je suis assuré, je me charge de tout et je ne dois rien à personne." Et puis un jour, il finit par dire : "En même temps, je me suis construit là-dessus, sur le "je ne peux compter que sur moi-même"."*

Du fait que l'autre apparaisse toujours comme défaillant face à la demande du sujet, il fait le choix (inconscient) de s'en charger seul pour s'éviter la potentielle insatisfaction dans la réponse de l'autre. Ce qu'il faut entendre ici c'est qu'il ne peut compter que sur lui parce que justement il ne peut pas compter sur l'autre, et alors que pourrait signifier compter sur l'autre ?

Et alors, il réussit ce qu'il entreprend, il fait des choix de vie et pourtant, la souffrance de la solitude demeure.

La psychanalyse met en évidence l'existence d'une vie psychique qui, du fait du prisme par lequel chacun habite le monde, prime sur la vie réelle ; et le travail analytique permet d'expérimenter comment la vie psychique du sujet est le lieu de son propre tourment, sa propre souffrance.

Tel le héros de Cervantès, Don Quichotte, qui se bat contre des moulins à vent, le sujet en analyse tente de faire face à ce qui résiste en lui et qui, alors même qu'il se rend en séance chez son analyste toutes les semaines, l'empêche de dire ce qui lui vient. Tout d'un coup, ses pensées vacillent, elles passent de commentaires sur la déco du cabinet, à un récit factuel de la semaine passée. Don Quichotte incarne ce tourment interne que nous sommes amenés à expérimenter sur le divan, cet effort parfois vécu comme vain, cette impossibilité à dire, cette limite de soi logée en soi.

Le travail analytique apparaît alors comme une tentative de travailler sur les résistances et de tendre vers une vie psychique lisible.

Au fur et à mesure des rencontres avec l'analyste, l'on s'entend dire, l'on prête attention aux postures que l'on prend dans notre parole, à la logique qui soutend nos paroles, on apprend à repérer ces signes du sujet de l'inconscient, ces signes de la division subjective.

Je dis une vie psychique plus lisible parce que quelque part, ce qu'il se passe en analyse est de l'ordre du texte, un texte que chacun dit en venant prendre la parole dans ce cadre où ce que l'on y dit nous appartient.

C'est là qu'un peu de courage est utile, voire, nécessaire pour celui ou celle qui chemine vers le savoir. À la perception d'un signe du sujet de l'inconscient, il faut y aller, choper le fil tant qu'on le voit, le suivre au fil des mots sans savoir où cela nous mènera. Au moment où l'on se sent le plus embrumé, ce moment où les signes de l'inconscient crient le plus fort, c'est là qu'il s'agit de tenter de les entendre, de tenter de les mettre en mots, Ce courage du dire, c'est selon moi, le courage de poursuivre une vérité subjective coûte que coûte, vivre la division de notre propre dire plutôt que continuer à faire vivre le mensonge familial.

Dans le *Tao te ching*, le livre de la voie et de la vertu, Lao Tseu dit ceci :

“As-tu la patience d'attendre

Jusqu'à ce que ta boue se dépose et que l'eau soit claire ? J'y entends cette forme de courage, de persévérance et de patience que celui ou celle en analyse peut être amené.e à vivre s'il souhaite aller au bout.

Séance après séance, le sujet cherche à avancer vers une vérité. Il parle et à mesure qu'il met des mots, certaines constructions imaginaires tombent, d'autres font mur.

Dans le *Traité des vertus*, Jankélévitch parle du courage comme condition de la réalisation, comme la condition nécessaire avant tout acte. Il faut alors, à côté de bien d'autres choses, un peu de courage pour faire une analyse et tenter d'éclairer nos propres greniers. S'il fallait en dire une chose, faire prime sur l'être et il s'agit, à chaque séance, et même entre les séances d'avoir le goût du risque de soi et le courage de cette vérité singulière.

*Interlude de fin*

Vous venez d'écouter le douzième épisode du divan. Si cet épisode vous a plu, je vous invite à le partager et à faire part de vos retours en notant le divan sur Apple podcast, ou en écrivant un mail à [ledivanpodcast@gmail.com](mailto:ledivanpodcast@gmail.com).

Bien, on va s'arrêter là pour aujourd'hui,

En attendant, le divan est disponible sur Apple podcast, Google podcast, Spotify et bien d'autres. Vous trouverez également l'actualité du divan sur instagram.

Je vous dis à bientôt pour le prochain épisode