

Comme l'auteure de ma propre vie

par Suzanne Laurin

*Et le seul principe d'unité de l'expérience sociale est
le travail sur lui-même que poursuit chacun de nous
afin de se percevoir comme l'auteur de sa propre vie.*
François Dubet

Témoigner d'une expérience comme celle de la psychanalyse soulève, pour la narratrice, un problème de méthode. Tiens donc, et pourquoi faire référence à cette aventure ? Et en quoi la mienne peut-elle bien intéresser le commun des angoissés ? Ça ne se raconte pas au premier niveau, comme on dit. C'est sans doute pourquoi on en fait le plus souvent un roman, mais aujourd'hui je n'ai pas le temps, ce sera pour une autre fois.

À l'origine de ce témoignage, en fait, il y a une discussion autour de deux arguments soutenus par des amis de la revue *Conjonctures*. Le premier prétend que la psychanalyse est une expérience comme une autre. Le deuxième met en tension l'amitié et l'analyse. En résumé, il s'énonce à peu près comme ceci : si l'amitié existe, il n'y a pas besoin d'analyse. Ou dit autrement, si l'analyse est nécessaire, c'est que l'amitié ne joue pas son rôle. Or, à mon sens, l'expérience de la psychanalyse a sa propre spécificité et elle fonctionne justement parce qu'elle n'est pas l'amitié bien qu'elle soit une forme de relation humaine. Bien sûr, il ne s'agit pas ici de démonter un argument ou de prouver une vérité. Un témoignage ne vise pas à convaincre. Il espère juste contribuer à l'invention que les discours sur les expé-

riences produisent parfois, celle d'un angle resté dans l'ombre ou d'un doute dans la certitude.

De certitude, je n'en ai qu'une. Mes cinq années en analyse restent à ce jour l'expérience la plus marquante de ma vie adulte. Les deux autres expériences de taille sont en fait celles qui m'ont conduite à l'analyse : mon enfance et la naissance de ma fille. C'est l'inconvénient d'être né, a déjà écrit Cioran. Au fond, ce qui compte, c'est que l'expérience ait été suffisamment riche et unique pour me donner l'occasion de la réinventer à diverses occasions, déplaçant ainsi l'éclairage sur ma propre vie. Ce qui est traduisible, ce n'est pas l'expérience comme telle, dans une vérité objectivée, mais la relation à l'expérience qui, elle, se transforme dans la suite des choses. Je n'évoque pas tellement un événement qui s'est passé, mais plutôt le fait que cette expérience ait produit du sens et en produira jusqu'à la fin de ma vie, par son pouvoir référentiel en soi. Comme, de mon point de vue, il n'y a pas lieu de classer le dossier, le témoignage invite à continuer de s'interroger sur ce qui fait la force de cette expérience et d'inventer des bribes de réponses.

Si je dis que l'analyse est une expérience, je viens, en la classant dans cette catégorie, de lui reconnaître un caractère commun aux autres expériences. Autrement dit, dans la mesure où c'est une expérience, oui, elle est comme d'autres expériences de la vie. Par exemple, l'analyse est une relation humaine, elle peut réussir ou échouer ; elle est limitée dans le temps, elle commence et elle finit ; elle est située, elle vient après certaines expériences et d'autres expériences viendront après elle. Mais ce qui nous intéresse surtout ici, c'est la recherche de sa spécificité du point de vue, bien sûr, de la narratrice.

Posons comme prémisse qu'une personne demande une analyse à partir d'une souffrance ressentie et d'une sorte d'espoir de la transformer. Je ne connais pas d'autres lieux aujourd'hui où l'on peut se penser, c'est-à-dire se déconstruire et se reconstruire dans un tel vivier de potentialités, en évoluant dans un cadre spatial et temporel à la fois défini, indéfini et infini, à la fois profondément « je » et supporté par le filet de l'autre, dans un mouvement d'alternance entre la fusion et la distance constructive. Toute personne peut vivre des expériences marquantes, réorganisatrices de son existence, avec des morceaux de soi qui meurent et d'autres qui naissent. Ici, c'est la qualité de l'expérience qui est différente. Ne l'oublions pas : l'analyse est d'abord un travail sur soi, un travail difficile, exigeant, à la limite du supportable. J'ai entendu dire de l'amitié qu'elle se cultive, mais jamais qu'elle est un travail à la limite du supportable. L'analyste n'est pas votre ami, il en fera la preuve à chaque séance. Quand votre souffrance ou votre manière d'être vous empêche d'avoir des amis, ou encore de tolérer ceux qui restent, à moins que ce soit vos amis qui ne vous supportent plus, l'analyste intervient... si vous le lui demandez. Si l'ami qui vous reste est ensuite jaloux de votre analyste, c'est son problème, pas le vôtre. Car il y a aussi les amis qu'on perd... parce que l'analyse ou l'analyste, c'est selon. Ah, l'amitié ! Rien de pire que de l'imaginer comme une totalité.

De tout temps, les humains ont eu besoin d'avoir recours à certains de leurs semblables culturellement désignés pour les aider à interpréter le monde et y trouver leur chemin. Ces conversations avec le chaman, le prêtre, la sorcière, le philosophe, le psychanalyste et d'autres encore qui n'ont pas le statut d'ami ont joué un rôle inestimable dans l'histoire de l'activité hu-

maine. Dans ce sens, la psychanalyse est le produit d'une époque et mon expérience une sorte de hasard historique, peut-être même géographique, puisque les limites de l'Occident dessinent, *grosso modo*, la frontière de sa zone d'influence. Comment dire ce que l'analyse change à la vie d'une femme de cette culture, de ce temps, de cet espace ?

Après, ce n'est plus pareil

L'expérience étant constituée d'un enchevêtrement de logiques personnelles et sociales, il faudrait sans doute évoquer les raisons qui m'ont amenée en analyse, ce que je ne ferai pas. Les conversations personnelles, je garde ça pour mes amis. Disons un malaise profond, le sentiment de passer à côté de sa vie, dans un couloir tracé ni par soi, ni pour soi. La sensation de vivre dans un jardin d'enfance tout en murs de béton poussés sauvagement ici et là. On ne sait pas pourquoi ni comment, ce qu'on sait, c'est que cela ne peut plus continuer ainsi. Il doit bien y avoir autre chose, espère-t-on. On se lève donc un matin, avec ce maudit espoir revenu.

J'ai sonné à sa porte par naïveté. Si j'avais su, j'aurais pas venu, a dit l'enfant. Les autres ne soupçonnent pas à quel point c'est difficile. Je me suis présentée dans un état d'ignorance à peu près totale de la psychanalyse. J'ai lu après coup, c'est le cas de le dire. Une amie m'avait suggéré de frapper à cette porte. Je l'ai franchie pendant cinq ans, trois fois par semaine. Je le dis sans ironie, voilà à quoi peut servir l'amitié.

Après, ce n'est plus pareil. La première chose qui a changé, c'est ma capacité de créer, d'imaginer, de rêver. C'est le premier pouvoir recouvré, celui du sens de la métaphore, de l'humour, du jeu, surtout dans les petites choses de la vie. Par exemple, vous éprouvez

un désir délirant d'écrire une œuvre géniale et, soudainement, vous prenez conscience du plaisir éprouvé à écrire une lettre bien ficelée... à un ami, tiens. Rien pour écrire à sa mère évidemment, et pourtant vous vivez cela comme quelque chose de suffisant en soi, susceptible de justifier à vos yeux les nombreux chèques déposés de l'autre côté de cette porte. Être capable d'entraîner le mouvement intérieur jusqu'au bout de la main sans le juger irrecevable pour cause de petitesse, ce n'est pas rien.

Plus tard, j'ai pu dire que j'avais appris à aimer ma fille en ce lieu. La relation possible entre moi, mère, et elle, fille, je sais que je la dois à l'analyse. D'accord, c'est moi qui le dis, pas ma fille. De façon plus générale, c'est ma relation à l'enfance qui a changé. L'analyse m'a redonné une enfance que je n'avais pas eue, et j'aime à croire que cela a servi aussi à ma fille. Remarquez, on peut s'offrir autre chose dans la vie. Moi, j'avais besoin de cette enfance pour continuer à vieillir. Il y a peut-être des amis qui viennent à la maison avec une enfance pour vous dans leur valise, mais ils ne sont pas venus chez moi.

Il y a quelque chose de plus que je cherche à nommer et je ne trouve pas d'autres mots que celui de méthode. Je sens, depuis, un noyau dur à l'intérieur de moi, constitué de mes expériences premières réorganisées en centre de référence et auquel, en effet, je me réfère quotidiennement. Quelque chose de quasi indestructible que je peux toucher en dedans comme si c'était réel. Plus jamais, après, je n'ai éprouvé la sensation de vide intérieur et ce, même au cours des moments très difficiles que j'ai vécus depuis. C'est une sorte de méthode pour vivre, au sens, par exemple, où l'insécurité des commencements de projets est apprivoisée et ressentie comme ce qui confère du mystère au mouve-

ment et de la profondeur à l'inconnu. Je passe à travers. J'ai moins peur des profondeurs, de l'altitude et des escarpements. Je ne suis plus obligée de semer des petits cailloux pour me retrouver, il y a un fil intérieur qui relie les instants, les lieux et même les personnes rencontrées sur ma route. J'ai du plaisir dans l'incertitude, à inventer demain. Dans l'ensemble, c'est agréable, *comme* si je devenais l'auteure de ma propre vie.

Ces pouvoirs récupérés changent quelque chose dans la vie d'une femme et, de là, ils changent probablement quelque chose dans la société. La psychanalyse est une expérience sociale dans la mesure où elle transforme, jusqu'à un certain point, la relation au monde. Ainsi, recouvrer la capacité de créer, c'est faire l'apprentissage d'une langue et découvrir un mode de communication avec les autres. Par exemple, je ne travaille plus avec mes étudiants de la même façon, les balises et les repères ne sont plus les mêmes. Accéder à une autre interprétation de soi et du monde *est* une expérience sociale.

Mais après, la vie continue

Après, certes, la vie n'est plus pareille, mais il n'en demeure pas moins qu'elle continue. Il y a d'autres détours imprévus, et aucune recette ne garantit qu'on saura prendre la courbe sans prendre le champ. Il faut continuer à affronter des situations ou des personnes qui vous révèlent à vous-mêmes sous d'autres angles. Ah ! cet inconscient aux multiples replis, livré sans garantie. Rien ne nous assure que le petit noyau ne sera pas soumis au mouvement tectonique, une fois de plus, au point d'entraîner une réorganisation de ses éléments. Là aussi j'ai été naïve. J'ai cru que je savais comment vivre pour le reste de mes jours. Tout cela

n'est que prétention. On n'est sûre de rien jusqu'à la mort, pourvu qu'on s'y rende. Oui, il y a eu des périodes très difficiles où j'ai cherché ce qu'étaient donc devenus les fruits de toutes ces années de chantier. Devant ces reculs et ces retraites au désert, je me suis dit parfois : où est l'erreur ? Il n'y avait pas d'erreur. Il y avait la vie, ma vie, et le monde dans lequel ma vie se fait, se défait et se refait sans cesse. Comment se défaire du regard kitsch sur sa vie, celui qui est marqué du sceau de l'apitoiement et de l'orgueil ? L'analyse est un moment dans ma propre histoire, mais l'histoire continue et oblige parfois à retisser autrement le fil qui nous relie au monde. On ne sait pas pour toujours comment vivre avec soi-même, avec les autres, avec *tous* les autres. Et il n'est peut-être pas nécessaire de l'apprendre à tout prix. Les ruptures sont aussi importantes que les continuités. Il y a tant de jours où l'île déserte est un lieu magnifique à habiter.

Et puis mes difficultés à vivre ne sont pas que le résultat de ma propre limite, c'est trop pour une seule personne. Si je me définis en relation au monde, elles sont aussi en partie le résultat d'une limite extérieure, celle qui définit la réalité en dehors de soi. Je vis dans un résidu culturel. Je me le répète chaque jour, je ne contrôle pas le monde, des choses m'échappent, des réalités sont intouchables à partir du petit point que j'occupe sur la carte de la vie.

Je ne contrôle donc pas non plus les lendemains de ma propre analyse. Lendemains qui ne chantent pas toujours d'ailleurs. L'horizon reste flou, indéfini, ouvert. Plus on s'en approche, plus il s'éloigne, laissant sur le chemin des possibles et des impossibles. Vu sous cet angle, il est illusoire de se penser l'auteure de sa propre vie. Au mieux, j'agis *comme si*, en portant dans ma

conscience le caractère indéfini de cette action. Comment faire autrement ?

Jusque-là et pas plus loin

La psychanalyse est une aventure limitée. Chacun nomme cette limite à sa manière, selon l'école de pensée à laquelle il adhère ou selon sa propre histoire. Est-ce un point de vue féminin ? Le soin du corps dans sa matérialité même a été pour moi indispensable et l'est toujours. Il me semble que la psychanalyse ne se pense pas et ne se pratique pas suffisamment en relation avec d'autres disciplines qui ont pour objet la connaissance du corps. J'ai eu besoin de soulager les souffrances physiques qui accompagnent le parcours analytique et la vie en général. Les corps existent en analyse, contrairement à ce que plusieurs pensent. La présence physique est dense, la respiration, la parole et le silence sont ancrés dans les corps, le mien, le sien. C'est même essentiellement le corps qui s'amène ainsi chaque fois, jusqu'à la limite de la peau et du dépassement des mots terrés dedans. C'est une impression qui me reste car c'est une expérience qui m'a servi. Le corps aussi a besoin d'être soigné en même temps.

Si, comme l'affirme Dubet (mais il n'est pas psychanalyste...), « Le seul principe d'unité de l'expérience sociale est le travail sur lui-même que poursuit chacun de nous », alors il faut penser davantage le lien entre la psychanalyse et le politique. Chacun ne fait pas le même travail sur lui-même, de la même façon. Je contribue sans doute à cette unité par mon expérience, mais je n'en ai jamais véritablement parlé avec les autres. Dans quelle mesure cette conversation est-elle à faire ? De manière générale, je trouve que nous n'accordons pas beaucoup de temps à penser nos expériences individuelles comme des expériences socia-

les. Je me situe dans le social, avec des rêves d'organisation différente du travail et des rapports humains par exemple, et j'ai même en toute humilité quelques idées là-dessus. Que devient l'expérience sociale marquée par l'expérience analytique de plusieurs citoyens ? Les personnes ayant fait l'expérience de l'analyse, ou même d'une thérapie, contribuent-elles autrement à transformer le monde ? Peut-être, je ne sais pas. Je sais que tout le monde n'a pas le loisir de se poser cette question. Je sais que, souvent, l'être est empêché d'exister dans la société et que le politique a quelque chose à voir là-dedans. Je sais que, finalement, ce qui conduit une personne à l'analyse, c'est l'intolérable souffrance de vivre et non le désir de transformer le monde. Je suppose que la réponse se trouve plus facilement à la fin d'une vie. Mais c'est peut-être une autre illusion car encore faut-il que le corps et l'esprit puissent être en état de se consacrer à la question.

Qu'est-ce qui reste après tout ce temps ? Je vois aujourd'hui mon analyse comme une profonde expérience de reconquête de soi, mais aussi comme une authentique leçon d'humilité et d'honnêteté. De l'autre côté de cette porte, il y avait quelqu'un, sans doute la personne la plus honnête que j'aie jamais rencontrée. Bon, d'accord, c'est moi qui l'invente.

Cela dit, le diable est bien vivant, dedans, dehors. Il arrive même qu'il se déguise en ami.