



# ALAIN AMSELEK UN GRAND "PANSEUR" SE LIVRE

Ce praticien est sans doute le seul psychanalyste français à avoir suivi une analyse bioénergétique, une jungienne et une freudienne. Fondateur de la Société française d'analyse bioénergétique, puis de l'Association française de psychologie humaniste, il est aujourd'hui rangé des chapelles. C'est en homme libre qu'il livre, de l'intérieur, les fruits de son expérience, de son vécu et de ses recherches. Son nouvel essai débute comme un polar à suspense pour mieux captiver le lecteur et l'entraîner dans des hauteurs très profondes. Aucun doute, on se sent plus intelligent après l'avoir lu, car on se rend compte que l'on a beaucoup à apprendre. Surtout sur nous-même.

**Paris Match.** Votre précédent livre, "L'écoute de l'intime et de l'invisible", a été sous-titré "Le Livre rouge de la psychanalyse". Est-ce "Le livre noir de la psychanalyse", qui dénigrerait votre profession, qui vous a fait voir rouge ?

**Alain Amselek.** Bien sûr, j'ai trouvé que ce livre était une ignominie. L'auteur, d'une mauvaise foi et d'une méconnaissance totale de la psychanalyse, se plaçait d'un point de vue rationaliste et médical. Dès 1918, Freud répondait à l'avance à ce genre d'ouvrage quand il écrivait dans "L'homme aux loups" que "l'ours et la baleine ne pouvaient se faire la guerre, car chacun d'eux était confiné dans son propre domaine". La psychanalyse se tient en dehors de la science. En disant cela, je tourne un peu le dos à Freud, mais cet homme était très ambivalent. Il était à la fois mystique – tirailé par sa culture hébraïque qu'il a essayé plus ou moins de réprimer – et savant. A la fin de sa vie, il a reconnu, après les avoir dénigrées, que les pratiques mystiques se rapprochaient de celles de la psychanalyse. Freud était un individu très complexe. On pourrait dire qu'il lui a manqué une analyse. Beaucoup de fausses routes et de malentendus auraient été évités.

**Un chapitre traite de "Comment en finir avec son analyste". Est-ce que ça finit vraiment ?**

L'analyse est sans fin, mais pas le travail avec un analyste. La durée d'une analyse dépend bien sûr de chaque analysant. Je n'ai jamais rencontré quelqu'un qui y reste plus que nécessaire. Mais certaines personnes particulièrement destructurées ont besoin d'un lieu où se raccrocher pour vivre à peu près normalement. J'ai des patients qui viennent depuis vingt ans. Searles, un éminent psychanalyste américain, raconte qu'il en a qui le suivent depuis trente, quarante ans!

**Qui met un terme à l'analyse ?**

Après avoir écouté les autres pendant près de trente ans, ce psychanalyste a décidé de psychanalyser la psychanalyse. Pas moins ! A l'occasion de la sortie de « L'appel du réel. La psychanalyse en question(s) », cet érudit nous livre certaines clés d'une pratique... dont nous sommes les serrures.

Sauf circonstances exceptionnelles, ce n'est pas à l'analyste de le faire. Il ne doit ni mettre à la porte ni retenir son patient. Tout doit venir de l'analysant qui sent, à un moment donné, que son analyse est finie, qu'il peut vivre sans son analyste. La personne est sur le chemin de la vie, un chemin ouvert qui ne mène pas forcément à un mieux-être, mais à un "plus-être".

**Un chemin ouvert, mais vers quoi ?**

Vers soi, vers sa propre liberté. Les gens qui viennent voir un analyste sentent qu'ils ont des fermetures, des défenses, des résistances. Ils ressentent une souffrance mal définie, sans savoir de quoi il est question, mais ils ont des angoisses, une tristesse qui leur tombe dessus sans la comprendre. Ils ont envie d'autre chose et, surtout, ils ignorent quel est leur désir. Le désir, avec un grand D, est quelque chose d'insaisissable. Rien à voir avec l'envie d'une nouvelle voiture. La question est de savoir quel est ce grand Désir qui se cache derrière tous les petits désirs. Qu'est-ce qui me pousse, me motive, m'amène à vivre comme je le fais ? Et si je ne parviens pas à répondre à cette question, c'est que je n'arrive pas à être en

*Petit-fils et arrière-petit-fils de rabbins, Alain Amselek est entré en psychanalyse comme on entre en religion. Mais avant, il a goûté à la vie « laïque » en lançant, dans les années 60, la mode hippie en France. Toutes les vedettes, dont Johnny, furent clients de sa boutique du boulevard Saint-Germain, qui sera d'ailleurs la seule à ne pas être saccagée en mai 68. Attiré par les nouvelles thérapies, il vend son entreprise pour se mettre en quête de vérité sur les traces de Freud et de Jung.*

« L'écoute de l'intime et de l'invisible, Le Livre rouge de la psychanalyse », éd. Cerp, 349 pages, 28 euros.

« L'appel du réel. La psychanalyse en question(s) », éd. Cerp, 240 pages, 19 euros.

contact avec mon Désir. L'analyse est faite pour que les gens y parviennent.

**Quelle est la différence entre se confier à un parent, à son meilleur ami ou à un analyste ?**

L'écoute analytique n'est pas celle de l'ami, du coiffeur, du médecin ou du curé. Cette écoute a deux volets, il y a l'écoute de l'analyste, mais aussi l'écoute de l'analysant. C'est à l'intersection de ces deux écoutes que se produit cette rencontre charnelle, émotionnelle, source de toutes les transformations, aussi bien chez l'analyste que chez son patient. Le travail analytique est de tout laisser dire comme ça vient, sans rien censurer, sans rien juger. Ne pas juger, ça veut dire ne pas penser. Quand je laisse aller mes paroles, je les entends. Donc je suis à l'écoute de moi-même. Le psychanalyste, lui, se laisse flotter sur le flot de paroles sans choisir ce qui est important ou pas. Tout doit être écouté sans distinction, sans juger, sans penser. Cela demande une implication extraordinaire. On ne pense plus, mais on sent. Et là, on va entendre tout ce qui est de l'ordre du sentir, des émotions, de l'affectivité. L'écoute "flottante" de l'analyste n'est pas de l'inertie. La révolution freudienne, c'est l'écoute, tout le reste n'est que du bla-bla. Voilà l'essentiel, la théorie, ça vient après. La théorisation, c'est pour les analystes et les intellectuels. C'est un autre chemin dont les analysants n'ont pas à faire les frais. Les patients sont des êtres uniques, aucune théorie ne peut les expliquer. La psychanalyse n'est pas une méthode scientifique, mais un chemin. D'ailleurs, le mot méthode vient du grec "methodos" qui signifie chemin. La psychanalyse est un chemin d'aventures, car au début d'une analyse on ignore où on va et par où on va passer. Comme le disait le Rabbi Nahman de Braslav : "Si tu vas où tu ne sais pas, passe par où tu ne sais pas." ●

