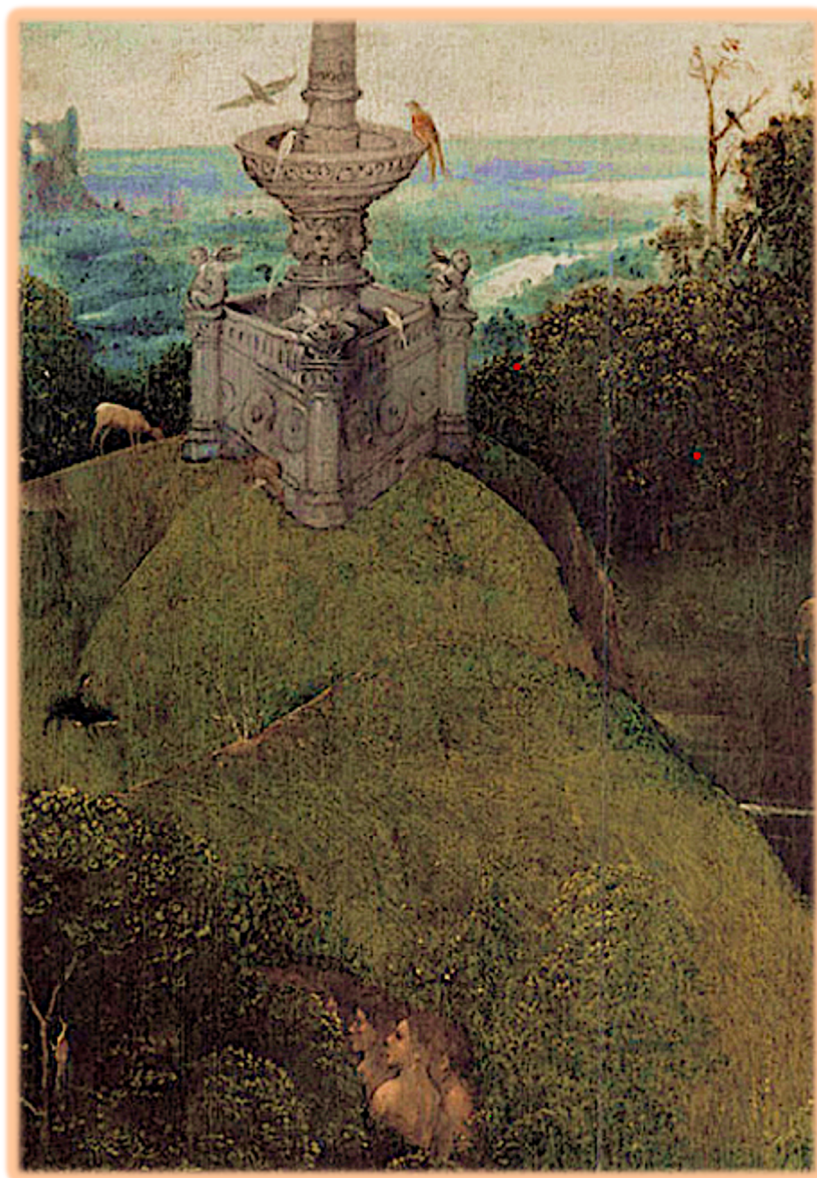


THÉRAPIE ET IMAGINAL

MORT ET RENAISSANCE SELON C.G. JUNG

BRUNO TRAVERSI



INTRODUCTION

Carl Gustav Jung fonde la psychologie analytique en distinguant sous la couche de l'inconscient personnel, comme le caractérise Freud, une couche dont le contenu ne dérive pas de la vie individuelle et se retrouve chez tous les sujets, un a priori collectif à la psyché individuelle. Il découvre cette couche de l'inconscient, tout d'abord en lui-même [1], par une pratique de transe auto-induite, puis l'observe également chez ses patients. Cette couche profonde de l'inconscient se manifeste à travers des « images primitives » ou « images archétypiques » qui remontent à la conscience soit dans les rêves, soit sous la forme de figures dessinées ou dansées spontanément voire inconsciemment [2]. Parmi ces images, Jung en distingue une série qui constitue l'« archétype de la renaissance », propre à rétablir le sujet, à le « renouveler » ([3], p. 35). En première partie, nous présentons la conception de Jung de l'archétype de la renaissance, et particulièrement la différence qu'il fait entre l'imaginaire (subjectif) et l'imagination (objectif) comme processus autonome de formation des images archétypiques. En deuxième partie, dans le cadre d'une thérapie par l'hypnose jungienne, nous décrivons l'émergence et le déploiement spontané, lors de la transe, des images archétypiques de la renaissance, pour en apprécier l'impact sur le processus thérapeutique. En troisième partie, nous discutons deux points : tout d'abord, la qualité psychoïde des archétypes en rapport avec les hallucinations lors des trances ; ensuite, la similitude des visions dans le processus thérapeutique de renaissance pendant la transe avec les expériences de mort imminente (EMI).

PARTIE I. L'INCONSCIENT COLLECTIF ET L'ARCHETYPE DE LA RENAISSANCE SELON C.G. JUNG

A. LA DECOUVERTE DE L'INCONSCIENT COLLECTIF PAR LA TRANSE



Jung s'écarte de la théorie de Freud de l'inconscient, dont il avait tout d'abord été un fervent défenseur [1], en constatant que l'inconscient contient des éléments qui ne dérivent pas du monde extérieur, mais qui s'y trouvent originellement. Il théorise ainsi l'existence d'une « source originelle » [4] dans l'inconscient, dont le contenu peut apparaître notamment dans les rêves sous forme d'« images primitives » ou « images archétypiques » [5] qui ont pour caractéristique de se retrouver non seulement dans « plusieurs cerveaux », mais aussi dans les grands mythes, les contes ou encore dans les rituels de toutes les civilisations. Il considère ainsi cet inconscient profond et objectif comme étant antérieur à la sphère subjective, comme un a priori collectif à la psyché individuelle : « Le fondement instinctivo-archaïque de notre esprit est constitué d'une donnée objective antérieurement présente, indépendante de l'expérience individuelle et de l'arbitraire personnel subjectif. » ([8], p. 82) Il renverse ainsi la perspective de Freud : ce n'est pas l'inconscient qui est le produit du conscient, mais le conscient, le Moi, qui est une création de l'inconscient [1], qui en émerge comme une réalité seconde. La naissance et le

développement du Moi, son inscription dans le monde naturel, sont le fruit de l'activité des archétypes.

Dès 1913, il explore cette couche de l'inconscient de manière systématique par une méthode de transe auto-induite : le processus repose sur un retournement du regard ou plus exactement de la sensibilité globale – y compris la proprioception. La sensibilité se détourne de l'environnement extérieur (processus de dissociation) pour éclairer le monde intérieur originel¹. Toutefois, il ne s'agit pas seulement de déclencher la « vision intérieure », le principe et la difficulté de la méthode de la transe jungienne est de dépasser la couche superficielle de l'inconscient personnel pour accéder à l'inconscient objectif. Ce qui exige de distinguer radicalement deux facultés, l'imaginaire et l'imagination vraie [9]². La première, attachée au Moi, y compris à l'inconscient personnel, est une faculté subjective produisant du fictif, de la fantaisie, de l'irréel ; tandis que la seconde, « les yeux de l'esprit » [9], attachée à l'inconscient objectif, est la faculté qui permet la perception ([9], p.118) du monde archétypique. Grâce à l'imagination vraie, le sujet peut explorer le monde archétypique, avec sa temporalité, sa spatialité, ses objets et ses événements propres.

B. LA TRANSE INDUITE PAR UN TIERS

La transe jungienne peut également être induite par un tiers. Nous l'avons formalisée pour en faire une méthode, que nous désignons par l'acronyme

¹ Autrement dit, l'archétype émerge [27] à travers l'ensemble des quatre fonctions de la conscience : la sensation, la pensée, l'intuition et le sentiment ([10], p.65).

²Pour Jung, l'imagination vraie constitue ainsi un organe de perception, « les yeux de l'esprit » » [*oculis mentalibus*] ([9], p.324), capable de percevoir le monde naturel objectif intérieur, tandis que le regard physique est propre à percevoir les choses du monde extérieur.

MIDAS (Méthode d'Induction de Dissociation Avancée Sensitive). Cette forme d'hypnose jungienne se distingue de l'hypnose ericksonienne notamment par le fait qu'elle évacue l'imaginaire au profit de l'imagination vraie, et par conséquent par le rôle de l'opérateur. Celui-ci doit se *tenir en retrait*, comme Jung³ le fait à son propre endroit, en ne suggérant pas le *contenu* de la transe par son propre imaginaire – autant que cela est possible⁴. Le monde intérieur que rencontre alors le sujet lui est étranger : il se constitue d'images originelles que l'opérateur reconnaît par le fait qu'elles sont identiques ou similaires chez tous les sujets. La méthode MIDAS s'apparente ainsi moins aux différentes pratiques de l'hypnose, d'Anton Mesmer à Erickson, fondées plus ou moins sur la suggestion – à laquelle s'opposait Jung – qu'à certaines méthodes de transe traditionnelles comme celles des Platoniciens⁵ de l'ancienne Perse. À l'instar des pratiques imaginaires de Sohrawardi (1145-1234) ou d'Ibn'Arabi (1165-1240)⁶ qui, par des trances auto-induites ou induites par un tiers⁷, exploraient le *mundus imaginalis* (le monde imaginal), en renversant la sensibilité globale et en distinguant radicalement imaginaire et imagination.

³ À l'hypnose qui repose selon lui sur la suggestion, Jung préfère une pratique thérapeutique qui associe le sujet à sa propre thérapie. Néanmoins, sa conception de l'inconscient collectif et sa pratique de l'imagination, à partir de 1932, est adéquate à la conception de l'hypnose (du magnétisme animal) de Schopenhauer [12].

⁴ Les suggestions ne peuvent être supprimées complètement : le lieu par exemple est nécessairement suggestif, de même que les attitudes de l'opérateur, le non verbal, etc. Nous les avons éliminées le plus possible. La suggestion verbale est employée pour créer l'état de dissociation de la transe. Il est important de souligner qu'à aucun moment la mort ou l'après-vie, les croyances religieuses, ou l'idée de renaissance ne sont évoquées.

⁵ Ces derniers pratiquent une ascèse consistant en un changement de regard [15], inspirée des *Ennéades* de Plotin, où il s'agit de fermer la perception du monde sensible pour activer « cet autre regard que tout le monde possède, mais dont peu font usage ». [16] (Plotin, 1 6, 8, 24) Leur pratique ascétique se fonde sur l'opposition entre l'imagination vraie et l'imaginaire.

⁶ On retrouve une méthode similaire au Japon au début du XXe siècle chez Deguchi Onisaburō. Là aussi il s'agit de « regarder en arrière » [mikaeru, 見返る]. Nous nous sommes également inspirés de cette méthode de transe, *chinkon kishin no hō* [鎮魂帰神の法], que nous avons pu pratiquer pendant plusieurs années. [17]

⁷ Pour induire la transe et produire le retournement de la sensibilité globale, ils utilisaient plusieurs méthodes dont celle qui consiste à fixer un point extérieur, méthode d'induction que nous avons également utilisée.

« Lorsque l'œil de la vision intérieure est ouvert, il faut fermer l'œil de la vision extérieure sur toutes choses, et il faut clore les lèvres. Les cinq sens externes, il faut y renoncer. En revanche il faut mettre en action les sens internes, de sorte que, si ce malade saisit quelque chose, il le saisit par la main intérieure. S'il voit quelque chose, qu'il le voie par les yeux intérieurs. S'il entend quelque chose, qu'il l'entende par l'ouïe intérieure. S'il perçoit quelque parfum, qu'il le perçoive par l'odorat intérieur, et que son goût intime soit de la nature de l'âme. » [14]

Dans ce contexte philosophique et religieux du soufisme iranien, ce monde intérieur, le *mundus imaginalis*, est exploré comme le monde de l'âme, monde intermédiaire situé entre le monde matériel et l'Intellect, sur le modèle ontologique plotinien. Ainsi, le mouvement de retournement vers soi, l'intériorisation est, pour ces derniers, une véritable migration. Dans une formule paradoxale, Sohrawardi écrit : « S'intérioriser, c'est sortir vers soi ». [14] Dans la perspective psychologique jungienne⁸, qui est la nôtre, ce monde intérieur objectif est le monde archétypique collectif.

C. LES IMAGES ORIGINELLES DE LA RENAISSANCE

Dès sa première transe, en décembre 1913, Jung vit une situation de renaissance : « « J'étais assis à mon bureau, pesai une fois encore les craintes que j'éprouvais, puis je me laissai tomber. Ce fut alors comme si, au sens propre, le sol cédait sous moi et comme si j'étais précipité dans une profondeur obscure.

⁸ Jung ne se prononce pas sur la réalité de ce monde, sa démarche est celle du phénoménologue et du psychologue : il en étudie l'apparition, la manière dont il se donne au sujet, et son utilité d'un point de vue thérapeutique.

Je ne pu me défendre d'un sentiment de panique. Mais soudain, et sans que j'eusse atteint une trop grande profondeur, je me retrouvais – à mon grand soulagement – sur mes deux pieds, dans une masse molle et visqueuse. J'étais dans une obscurité presque totale. Après quelques temps mes yeux s'habituaient à l'obscurité, celle d'un sombre crépuscule. Devant moi était l'entrée d'une caverne obscure [...] Mais finalement, j'aperçus, dans les profondeurs, de l'eau qui coulait. Un cadavre passa, entraîné par le courant ; c'était un adolescent aux cheveux blonds, blessé à la tête. Il fut suivi d'un énorme scarabée noir [...] Ces images me laissèrent consterné. Naturellement, je vis que la pièce de résistance en était un mythe solaire, un drame de la mort et du renouvellement. » ([1], p. 288) Dès lors, il place l'archétype de la renaissance au principe de sa pratique thérapeutique.

Dans *L'âme et le soi – individuation et renaissance* [3], il présente l'archétype de la renaissance en lien avec le concept de Soi, centre de la totalité de la psyché (conscient et inconscient). Il note, tout d'abord, que l'on retrouve des assertions concordantes concernant la renaissance chez les peuples les plus divers, et qu'elles « ont nécessairement leur origine dans un processus psychique dont la psychologie doit tenter de rendre compte, laissant de côté toutes les hypothèses métaphysiques et philosophiques sur leur signification. » ([3], p. 21) Ensuite, il distingue deux grands types de « renaissance ». Le premier type est celui de la transcendance de la vie, c'est-à-dire d'une prolongation de la vie au-delà de la mort, à une vie après la vie qui prend différentes formes en fonction des représentations métaphysiques des peuples – comme la métempsychose ou la réincarnation, ou encore la reconstitution de l'existence humaine avec un autre corps, possédant des qualités différentes, dans un autre monde. Le second type est celui d'une transformation du sujet) au sein même

de l'existence, dans « les limites temporelles de sa vie individuelle » : la renaissance s'apparente alors à une rénovation partielle, « seules des fonctions, des parties de la personnalité sont soumises à un processus de guérison, de renforcement ou d'amélioration. » ([3], p. 25) Il existe, en effet, selon lui des processus naturels de transformation, produisant des effets psychiques considérables, qui peuvent survenir en nous spontanément, sans que nous en ayons pourtant conscience. « C'est sur celles-ci que se fondent toutes les représentations que l'on s'est faites de la renaissance » ([3], p. 35) et que les rituels entendent reproduire symboliquement pour activer réellement, tel les rituels égyptiens d'Eleusis : mise à mort, dispersions des restes, puis résurrection d'Osiris doit permettre de produire la foi en l'immortalité chez l'initié et renouveler sa vitalité.

Qu'en est-il de l'efficacité réelle de ces rituels ? Selon Jung, si la présence du sujet lors du rituel, en tant qu'acteur ou spectateur, est évidemment nécessaire, elle n'est pas suffisante. Le rituel montre, en effet, au sujet un processus qui se déroule à l'extérieur de lui-même, à distance, même s'il y est impliqué directement. ([3] p. 21) L'efficacité du rituel dépend donc du degré d'identification de l'initié avec le dieu ou le héros du rituel. On distingue donc le rituel et la transe comme deux manières de vivre le surgissement des images archétypiques de la renaissance. Dans le premier cas, le sujet vit l'archétype de renaissance dans la distance du jeu, de l'imitation, dans le second cas, il les éprouve en première personne dans son monde intérieur objectif [10].

PARTIE II. L'ARCHETYPE DE LA RENAISSANCE – ÉTUDE DE CAS

On se propose à présent d'étudier les effets curatifs du surgissement intérieur des images archétypiques de la renaissance, à partir de plusieurs cas cliniques. Nous tirons ces cas de nos observations en tant qu'hypnothérapeute, suivant la méthode MIDAS. Nous nous centrons principalement autour du cas de Bernadette M. (70 ans) qui nous a consulté pour un état dépressif accompagné d'une double addiction, à l'alcool et aux jeux en ligne. Nous avons suivi Bernadette sur quatre séances, sur une période de six mois. Les deux premières séances se composent d'une mise en transe et d'un entretien, les deux séances suivantes sont des bilans, sous forme d'entretiens, permettant d'apprécier l'évolution thérapeutique.

METHODE:

Comme nous l'avons dit, la transe renverse la sensibilité globale du sujet, l'intériorise⁹ et l'introduit dans le monde intérieur. Il n'y a donc pas la possibilité d'échanges verbales pendant la transe. A la sortie de la transe, nous recueillons les situations vécues du sujet, afin de relever la présence des archétypes et de retracer leur déploiement. Ensuite, nous mettons en rapport ce vécu intérieur avec l'évolution psychologique du sujet entre chaque séance.

La première séance comporte deux parties : l'anamnèse, puis une première séance de mise en transe d'une durée de dix minutes. Cette première transe prend la forme d'un chemin en forme de boucle que nous suggérons :

⁹ L'intériorisation se fait plus ou moins complètement : lorsque le renversement est total, le sujet ne se sait plus assis en séance, le monde intérieur lui apparaît comme étant le monde extérieur. L'intériorisation empêche toute discussion du sujet avec l'opérateur.

pièce de tranquillité ; descente vers l'inconscient ; se voir dormir (phase de dissociation) ; remontée dans la première pièce et ouverture des yeux. Le langage vise à induire l'enfouissement en soi. Il est important de souligner ici qu'il n'est jamais question de mort ou de renaissance ; qu'il n'y a aucune mention de la problématique spécifique du sujet pendant le discours de la transe ; ni aucune référence à sa vie personnelle si ce n'est le fait de lui demander de choisir au départ une pièce de tranquillité ; qu'il n'y a aucune suggestion post-hypnotique.

La deuxième séance, d'une durée de vingt-cinq minutes, comporte six phases dont les premières sont identiques à la première séance : pièce de tranquillité ; descente vers l'inconscient ; se voir dormir (phase de dissociation) ; parcourir « une nature » ; faire un vœu ; sortir de cette nature par une porte.

Comme nous allons le voir, il ne faut pas considérer les deux séances de transe comme étant séparées. La trame de la transe se développe de manière cohérente d'une séance à une autre. De plus, on observe des reprises et des développements spontanés de la transe entre les séances.

A. COMPTE-RENDU

Le cas de Bernadette M. (70 ans, retraitée)

Première séance - 8 avril 2022

A. PROBLEMATIQUE

« Je ne dors plus, depuis deux ans, je fais constamment des nuits blanches, puis je m'endors un peu vers le matin, je passe toutes mes nuits

les yeux ouverts. Je suis épuisée. Quand je me couche, je suis oppressée, je sens un poids qui m'écrase au niveau de la poitrine et de la gorge, ma respiration se bloque complètement. Et j'ai très peur, j'ai des angoisses toutes les nuits. Dans la journée, je ne fais plus rien, je ne sors plus et je suis constamment angoissée. Je n'ai plus aucune énergie, je ne vois plus personne, et je reste chez moi, sans sortir depuis plusieurs mois. Et depuis quelques mois, je bois de l'alcool dans l'après-midi, au début je buvais juste un peu, mais maintenant je suis ivre presque tous les jours. Ma fille n'est pas contente et s'inquiète de me voir dans cet état. C'est elle qui m'envoie vous voir. Je me rends compte que ce n'est pas bien de boire, je ne veux pas faire ça, mais en même temps, ça me relaxe, car sinon j'ai trop d'angoisses. Et je ne peux plus faire autrement. Je viens vous voir pour retrouver le sommeil surtout et être moins fatiguée toute la journée ; pour réussir à ne plus boire ; j'aimerais aussi retrouver de l'entrain, et avoir envie de faire des choses ; redevenir comme j'étais avant. »

B. RECIT DE LA PREMIERE TRANSE (10 MINUTES)

« J'ai vu l'ascenseur¹⁰ et je suis entrée à l'intérieur. J'ai appuyé sur le bouton -4, je me suis sentie descendre, et j'ai eu la certitude de descendre vers le crématorium¹¹. C'était très angoissant, j'ai vraiment eu peur en descendant ! En bas, lorsque les portes se sont ouvertes, je suis entrée dans une pièce entièrement vide, immense, blanche et lumineuse¹². Il n'y avait rien, il n'y avait pas de mur, rien ! »

¹⁰ Élément que nous importons : nous suggérons la descente vers l'inconscient soit par un ascenseur, soit par un escalier, à partir de la pièce de tranquillité.

¹¹ Cet élément n'est pas suggéré, il est produit spontanément par l'inconscient.

¹² Cet élément n'est pas suggéré, il est produit spontanément par l'inconscient. Il est très récurrent chez les sujets.

A. BILAN INTERMEDIAIRE

J'ai beaucoup repensé, pendant ces deux dernières semaines (depuis la première séance), à ma descente vers le crématorium. Je ne sais pas pourquoi ça s'est passé comme cela, et puis aussi à la pièce vide tout en bas. Ces images me sont revenues constamment à l'esprit.

Juste après la séance, j'ai eu des bouffées de chaleur, j'ai transpiré pendant plusieurs heures. Le soir, quand je me suis couchée, j'ai ressenti quatre points douloureux dans le dos, au niveau des deux hanches et des épaules, comme si ça faisait un carré. Ensuite, la douleur a disparu et j'ai bien dormi. La nuit suivante, j'ai bien dormi aussi, toute la nuit, mais la troisième nuit, j'ai fait une nuit blanche. A partir de la quatrième nuit, j'ai bien dormi toutes les nuits suivantes, je n'ai plus ressenti ma respiration bloquée. Il m'arrive encore de me réveiller, mais je me rendors aussitôt et le matin quand je me lève, je sens que je suis en forme maintenant, je me sens reposée. Mon sommeil est bien réglé maintenant ! Ma fille m'a fait la remarque que je suis plus joyeuse.

Je n'ai pas bu cette semaine.

De plus, il s'est passé une drôle de chose : juste après la séance, j'ai commencé à me parler à moi-même, à voix haute. Je m'encourage et je me parle, le plus souvent, c'est pour me convaincre que ça va aller mieux maintenant. Ma fille m'en a fait la remarque : « tu te parles tout le temps ! », m'a-t-elle dit. Ça dure des heures, et je ne peux pas m'en empêcher : je

me parle beaucoup en m'adressant directement à moi-même. Ça m'a surpris, mais je sens que ça me fait du bien. Je l'ai dit à ma fille que je sens que ça me fait beaucoup de bien.

Et, il y a encore autre chose : depuis la séance, je ne joue plus aux jeux sur l'ordinateur. J'avais pris l'habitude de jouer plusieurs heures par jour à des jeux en ligne, l'après-midi jusqu'au soir, tous les jours, mais depuis la séance, je n'ai pas réussi à rejouer, je ne sais pas pourquoi, mais je n'en ai plus du tout envie. Ce ne me vient même plus à l'idée.

B. RECIT DE LA DEUXIEME TRANSE (25 minutes)

[A la sortie de la transe, Elle rit]

« Comme pièce de tranquillité¹³, j'ai vu ma chambre, mais avec des différences, avec des couleurs plus vives, et moins de choses dedans. Elle était plus vide.

[...] Je me suis retrouvée dans un endroit de verdure : c'était une longue allée de gazon, avec des fleurs, et tout autour, suspendues en l'air, il y avait des fleurs aussi, des marguerites¹⁴ ! Tout était très lumineux. J'ai

¹³ Élément que nous importons : nous demandons à nos sujets de choisir une pièce de tranquillité, au commencement de la transe. Toutefois, le fait que Bernadette M. découvre sa chambre avec des différences par rapport à sa chambre réelle (couleurs plus vives, plus vide) n'est pas importé, il s'agit d'une production spontanée de l'inconscient. Nous reconnaissons cet élément comme le fait de l'activité de l'inconscient, et précisément comme la production de l'imagination (et non de l'imaginaire du sujet) car cette transformation est typique : nous la rencontrons avec la même caractéristique chez de nombreux sujets. Elle nous indique que le changement est engagé. Comme on le verra dans la suite du récit, ce changement anticipe les visions qui vont se développer pendant et après la transe.

¹⁴ Nous importons l'idée d'être dans « une nature », de manière neutre : le type de nature, la situation n'est jamais précisée. Les caractéristiques de cette nature : plaine fleurie, lumineuse, la focalisation sur les fleurs, puis la tenue, robe blanche, pieds nus, etc. ne sont pas importés, et sont donc les productions spontanées et typiques de l'imagination agente.

avancée sur cette allée, j'étais debout et j'avançais sur cette allée, j'avais une robe blanche et une couronne de fleur sur la tête et j'étais pieds nus ! C'est étrange non ? [Elle rit]. Je marchais dans cet endroit, et il y avait toujours des fleurs suspendues en l'air.

Plus loin, je suis arrivée à l'endroit où l'on peut faire des vœux¹⁵. J'ai inscrit le mot « Alcool », et je l'ai barbouillé avec beaucoup d'énergie. [...]

Ensuite, je me suis retournée, et je me suis alors retrouvée dans un espace clair, sans pouvoir bien voir où je me trouvais, il y avait toujours des marguerites autour de moi. C'était clair, très lumineux¹⁶. [...]

J'ai continué mon chemin, et j'ai aperçu un peu plus loin une porte¹⁷. Je m'en suis rapprochée : elle était en fer noir, très lourde, j'ai essayé de l'ouvrir, mais c'était très difficile¹⁸. J'ai eu beaucoup de mal, j'ai dû y mettre toutes mes forces, et j'ai réussi finalement. Je suis passée de l'autre côté, et je me suis alors retrouvée dans un espace blanc, sans limite, comme une sorte de lumière vive. Et puis, dans cet espace, j'ai vu un fauteuil rouge comme celui-ci (celui de la séance) et je m'y suis assise. Je me suis alors bien vu moi-même à ce moment-là : j'étais assise, en robe blanche, les yeux fermés, et tout autour de moi, il y avait seulement une grande lumière blanche¹⁹. »

¹⁵ Élément que nous importons : nous suggérons un endroit où l'on peut faire un vœu pour rejeter quelque chose.

¹⁶ Cette scène n'est pas importée, elle est une production spontanée de l'imagination objective.

¹⁷ Élément que nous importons : nous suggérons la présence d'une porte. Le but, non déclaré, est de faire sortir le sujet du monde intérieur, afin de terminer la séance.

¹⁸ Ces éléments ne sont pas suggérés, ils sont typiques de l'imagination objective.

¹⁹ Cette scène n'est pas importée, elle est la production spontanée de l'imagination objective. Elle est très récurrente chez nos sujets.

Remarque : la troisième séance est uniquement constituée d'un bilan,
il n'y a pas de mise en transe.

A. BILAN INTERMEDIAIRE

Depuis la deuxième séance, j'ai beaucoup repensé, surtout au début, au moment où j'étais dans une robe blanche au milieu de cette vallée fleurie et que je marchais pieds nus. Surtout ce qui m'intrigue, c'est le fait que j'avancerais sans toucher le sol, avec beaucoup de légèreté comme si je flottais. Cette sensation m'est revenue à la mémoire sans arrêt après la séance, pendant au moins dix jours, j'y pense un peu moins maintenant.

D'une manière générale, je vais beaucoup mieux, je me sens bien. Je dors bien, et quand je me lève, je suis en forme. Le fait de me parler à moi-même sans arrêt s'est arrêté, deux jours après la deuxième séance. Je ne bois plus. J'ai essayé d'aller sur l'ordinateur pour jouer, mais je n'y arrive plus, ça ne me dit plus rien, et même en essayant, je n'y arrive plus. Tous les matins, je sors et je fais un peu de jardinage, j'aime beaucoup ce moment-là. J'ai planté des pieds de tomates, j'en avais envie [elle rigole].

Cependant, il se passe une chose étrange depuis la deuxième séance, parfois en entrant dans une pièce j'ai l'impression que la pièce est beaucoup plus grande, et plus lumineuse aussi. Par exemple, la table est beaucoup plus haute, elle m'arrive à peu près là [elle place sa main au niveau de son front], le lavabo aussi est beaucoup plus haut et plus profond.

J'ai remarqué que ça me fait cet effet surtout dans la salle de bain et le salon, et que ça se produit juste au moment où je franchis le seuil de la porte, puis ça disparaît au bout de quelques minutes. C'est une impression vraiment étrange, et qui se produit chaque jour, depuis le troisième ou quatrième jour après la deuxième séance.

Et puis, j'ai changé plusieurs choses, j'ai décidé de changer les draps, j'ai acheté des draps de couleurs vives. C'est pareil pour les vêtements, j'ai jeté certains vêtements, et aussi des vieux objets qui étaient dans la maison depuis des années, et j'ai acheté des nouveaux vêtements avec des couleurs vives aussi. Et j'ai planté des fleurs partout dans le jardin, maintenant le jardin est rempli de fleurs. Et puis aussi, maintenant, il m'arrive même de chanter en écoutant la radio ! [Elle rit d'elle-même]. Je n'avais jamais fait ça avant !

Je parle beaucoup plus aux gens maintenant. D'ailleurs, ma fille l'a remarqué, et elle me dit aussi que je suis beaucoup plus joyeuse qu'avant. On passe beaucoup de temps à discuter ensemble maintenant. Je me maquille aussi tous les matins que je sorte ou non. J'ai remarqué que mon mari râle beaucoup moins, je crois que c'est parce que j'ai changé – avant je devais être très embêtante sans m'en rendre compte.

Quatrième séance, 20 septembre 2022

A. BILAN FINAL

[Elle arrive en boitillant légèrement] J'ai un peu mal au genou droit : je reviens de vacances, on est parti deux semaines et on a beaucoup marché, on a fait des promenades. Je suis rentrée ce week-end. Depuis la

dernière séance, je vais très bien, je suis redevenue moi-même. Je continue à dormir très bien, je sors, je fais des choses, et je vois des gens. Les visions des séances de transe me reviennent encore de temps en temps, surtout le moment quand je me sens descendre vers le crématorium, et aussi lorsque j'étais en robe blanche et pieds nus et que j'avais en frôlant la terre. Ces images me reviennent de temps en temps, mais c'est surtout cette impression d'avancer légèrement qui revient le plus souvent. Je me souviens bien encore de cette sensation de marcher pieds nus, d'être très légère, de flotter, ça m'a marqué. Il m'arrive encore de me sentir petite et de voir toutes les choses autour de moi plus grande, mais c'est vraiment rare, et ça dure juste quelques secondes. Et puis, vous savez, maintenant quand je regarde un film triste, je pleure. Avant je ne pouvais pas pleurer car je n'avais plus de larmes. Le médecin m'avait prescrit des gouttes que je devais mettre tous les jours depuis deux ans, car mes yeux ne produisaient plus de larmes. Il m'avait dit que c'était dû à la vieillesse. Mais après la dernière séance, mes larmes sont revenues peu à peu. J'ai vu l'ophtalmologiste au mois de juillet car j'avais un rendez-vous programmé depuis longtemps, mais il m'a dit que ce n'était plus nécessaire de mettre les gouttes, car maintenant mes yeux fonctionnent bien. Alors maintenant quand je regarde un film triste, je pleure !

B. ANALYSE DU PROCESSUS THERAPEUTIQUE

L'état dépressif de Bernadette M. se caractérise par une insomnie nocturne totale associée à une rumination d'idées désagréables. Le mentisme vespéral empêche l'endormissement et s'accompagne d'une somatisation : l'impression d'avoir un poids écrasant la poitrine et la gorge qui entraîne une

suffocation – « Quand je me couche, je suis oppressée, je sens un poids qui m'écrase au niveau de la poitrine et de la gorge, ma respiration se bloque complètement. » Cette insomnie entraîne une somnolence diurne compensatrice, particulièrement dans la matinée, un épuisement qui se traduit par une diminution générale de l'activité, une perte de l'initiative et une forme de paralysie de la volonté qui aboutit à un isolement de plus en plus important – « Dans la journée, je ne fais plus rien, je ne sors plus [...] Je n'ai plus aucune énergie, je ne vois plus personne, et je reste chez moi, sans sortir, depuis plusieurs mois. » Au moment de l'anamnèse, lors de la première séance, Bernadette me parle de son addiction alcoolique comme moyen de soulager son angoisse, sans mentionner son addiction aux jeux en ligne, qu'elle ne perçoit pas comme un problème. Elle ne mentionne son addiction quotidienne aux jeux que lors du bilan intermédiaire de la troisième séance en s'étonnant de sa disparition subite à l'issue de la deuxième séance. Le cas de Bernadette M. est typique de la pathologie du sujet âgé en difficulté face aux processus du vieillissement.

À la suite de la discussion de la troisième séance, j'ai jugé que le processus curatif inconscient était bien engagé et encore en dynamique, et qu'il n'était donc pas utile de faire une mise en transe, comme je l'avais prévu au départ. En effet, non seulement l'objectif principal, la levée de l'addiction à l'alcool, ainsi que les objectifs secondaires (selon elle), retrouver le sommeil et avoir l'énergie pour sortir de chez elle, qu'elle m'avait demandé, étaient atteints, mais encore l'addiction aux jeux vidéo avait également disparu. Pour rendre compte du processus thérapeutique à l'œuvre, on se propose de mettre en rapport le vécu intérieur des scènes archétypiques et le vécu extérieur de la vie naturelle, ce qui va nous conduire à distinguer, pour l'analyse, deux types de

corps vécu, le corps vécu archétypique ou imaginal (produit par l'imagination agente) et le corps vécu naturel.



A. LES IMAGES ARCHÉTYPIQUES DES ÉTAPES DE LA RENAISSANCE

On peut distinguer chronologiquement plusieurs étapes au récit de Bernadette M. : tout d'abord, l'idée qui émerge en elle de sa propre mort, idée qui se manifeste par la sensation de descendre au crématorium – « j'ai eu la certitude de descendre vers le crématorium. », accompagnée d'une émotion – « c'était très angoissant, j'ai vraiment eu peur. » Idée (de mort), sensation physique de descendre et émotion (de peur) constituent la première étape de l'archétype de la renaissance.

Cette descente n'aboutit pas, comme on pourrait le penser et comme elle le croyait elle-même, à la salle d'un crématorium, mais dans un espace de

lumière blanche. Cet espace de lumière la surprend car, d'une part, il ne correspond pas à son anticipation et, d'autre part, la nature et la configuration du lieu ne renvoient à aucune de ses expériences antérieures – « Je suis entrée dans une pièce entièrement vide, blanche et lumineuse. Il n'y avait rien, il n'y avait pas de mur, rien ! » Si cette vision étonne notre sujet, nous la reconnaissons comme l'amorce typique de l'archétype de la renaissance, telle que nous avons pu l'observer de nombreuses fois : mort puis entrée dans la lumière blanche. A ce stade, la lumière blanche est toujours perçue comme un lieu vide, sans limite, dans lequel le sujet peut se tenir debout et avancer. Toutefois, contrairement à Bernadette M., la plupart des sujets perçoivent à ce stade leur corps sans vie, d'un point de vue extérieur.

Nous donnons ci-dessous quatre exemples de ce stade.

« J'étais étonnée aussi de mon aspect, car j'avais les cheveux noirs et mon corps était très blanc, un blanc cadavérique. » (Patricia L., 58 ans)

« Je me vois sur ce lit comme un gisant, les mains jointes. Je me vois du dessus. » (Valérie M., 53 ans)

« Il y avait une sorte de pierre taillée rectangulaire, comme un socle d'environ un mètre de hauteur. Il était clair, gris clair. Et j'ai vu mon corps allongé dessus. J'étais allongée sur le dos, je ne bougeais pas, ma tête était un peu tournée sur le côté vers la gauche. J'avais les yeux fermés. Sur moi, il y avait un voile blanc qui recouvrait presque tout mon corps, jusqu'aux épaules. En voyant mon corps ainsi, et mon visage, ça m'a fait un choc. C'était fascinant de me voir ainsi. J'ai bien regardé mon visage, j'étais

très bien coiffé, avec un chignon haut, tiré. Mon corps était tout à fait immobile. » (Stéphanie M., 48 ans)

« Je vois une grande lumière blanche arriver, très éblouissante. J'avance et j'entre dans cette lumière, je me retrouve alors dans un grand espace entièrement vide et blanc, sans limite apparente. Il est vide sauf qu'il y a une sorte de table sur laquelle je vois mon corps. Il est couché à plat, sur le dos. Les bras le long du corps, inerte, et il y a dessus un drap blanc qui le couvre jusqu'aux épaules. Je m'approche pour regarder mon visage : j'ai les yeux clos, il n'a aucune expression. » (Margot B., 19 ans)

La lumière blanche est perçue comme le lieu de la vitalité, ou de la persistance de la vie au-delà de la mort. En effet, avoir la capacité de voir son propre corps mort revient à faire l'expérience de la vie au-delà de la mort. C'est également à ce stade que certains sujets rencontrent un défunt – le plus souvent, le défunt porte lui-même les signes d'une grande vitalité à travers notamment une chevelure abondante, comme dans l'extrait ci-dessous.

« Arrivée en bas, j'entre dans un espace très lumineux et blanc, il n'y a pas de murs, tout est blanc, c'est comme une sorte de grande lumière. Puis je vois ma sœur qui s'avance vers moi. C'est ma sœur qui est décédée, il y a vingt ans. Elle est vêtue d'une sorte de voile blanc, et elle a une longue chevelure blonde. Sur ma gauche, je vois un grand divan sur lequel je m'aperçois. Je m'avance pour me voir : mon corps est allongé sur le côté, il semble inerte. Mes yeux sont fermés. Il m'apparaît plus plat, comme vidé. Et à ce moment, j'ai ressenti quelque chose de très bizarre, je me suis sentie

comme complètement libérée et comme si j'étais très vive dans mes mouvements. » (Christine S., 57 ans)

Le stade suivant est celui, tout à la fois, de la transfiguration du corps du sujet et de son parcours dans une nature originelle qui se caractérise par sa grande luminosité. Bernadette M. constate alors que son aspect a changé. La transfiguration de son corps lui est donnée à la fois par son aspect : robe blanche, pieds nus ; et par de nouvelles sensations intéroceptives : sensation de légèreté, de flottement.

« Il y avait des fleurs aussi, des marguerites ! Tout était très lumineux. [...], j'avais une robe blanche et une couronne de fleurs sur la tête et j'étais pieds nus ! C'est étrange non ? (Elle rit). » (Bernadette M., 70 ans)

On remarque la similitude entre l'apparence de la sœur défunte de Christine S. – « Elle est vêtue d'une sorte de voile blanc » –, et celle de Bernadette M. lorsqu'elle délaisse son corps mort – « j'avais sur cette allée, j'avais une robe blanche ». Ainsi, si Bernadette M. s'étonne de sa tenue, nous la reconnaissons comme typique : elle est une composante d'un archétypique du retour à une nature originelle que les sujets qualifient spontanément de « lumineuse », « merveilleuse », « paradisiaque ». L'étonnement de Bernadette marque, ici encore, la différence entre son imaginaire (propre) et l'imagination (objective) en œuvre. L'imagination configure des scènes archétypiques similaires chez tous les sujets – ainsi la même situation est vécue par Corinne O. et Valérie M.

« J'étais dans une plaine, il y avait beaucoup de fleurs de toutes les couleurs. J'étais moi-même vêtue d'une sorte de voile blanc, très fin, et je marchais pieds nus dans l'herbe. » (Corinne O., 23 ans, étudiante en L3 de psychologie)

« Je me trouve dans une plaine remplie de fleurs multicolores, tout est nimbé d'une belle lumière. Il y a la mer un plus loin, et j'entends le bruit des vagues. J'entends aussi le chant des oiseaux. J'avance avec beaucoup de légèreté, j'ai l'impression de flotter. Je suis vêtue d'une robe blanche, très légère comme un voile, translucide et lumineux. [...] J'entends les oiseaux chanter (des perroquets me semble-t-il). Ils semblent se parler entre eux [...] au milieu d'une prairie jonchée de petites fleurs qui scintillent. » (Valérie M., 53 ans, professeur d'université de philosophie)

A ce stade de la transe, la nature est rehaussée : elle est nimbée d'une lumière et les sujets se sentent en intelligence avec elle. La scène vécue est non seulement le retour à une nature originelle, mais plus exactement le retour à une unité originelle avec une nature primitive. Il s'agit d'une expérience archétypique de fusion avec la nature, d'une totalité primitive.

A l'étape suivante, Bernadette se perçoit assise environnée d'une vive lumière blanche, elle-même en robe blanche, couronnée. La scène ressemble à celle d'un couronnement au sein de la vitalité, de la vive lumière – à ce stade la nature a disparue. Typiquement, à ce moment de la transe, les sujets se perçoivent assis sur un siège qui prend les caractéristiques d'un trône, environné de la lumière blanche ou dans le ciel.

« Et puis, dans cet espace, j'ai vu un fauteuil et je m'y suis assise. Je me suis alors bien vu moi-même à ce moment-là : j'étais assise, en robe blanche, avec une couronne de fleurs, les yeux fermés, et tout autour de moi, il y avait seulement une grande lumière blanche. » (Bernadette M.)

« Lorsqu'elle s'ouvre, il y a une grande lumière qui jaillit de la porte une lumière blanche très intense. Cette lumière me fait immédiatement penser à la lumière que voient ceux qui font une expérience de mort approchée (EMI), à la lumière que l'on voit quand on meurt. J'entre dans cette lumière, et j'arrive alors dans un grand espace blanc, très grand, vide. Je ne vois pas bien les limites de ce lieu. A un moment, je vois qu'il y a un fauteuil, il est blanc, capitonné. Je m'y assoie. » (Olivia B., 38 ans, vendeuse)

« Le fauteuil a un dossier très haut, capitonné de velours bleu roi. Avec des clous dorés tout autour du dossier. Ces pieds semblent s'enraciner dans le sol sans y être absorbés. Je m'y assoie. Mon regard est étonnamment à hauteur du ciel. » (Valérie M., 53 ans, professeur d'université)

« Je trouve une porte, grande, arrondie en voûte. Elle ressemble à une porte de château. Il y a de la lumière qui irradie à travers les interstices tout autour de la porte. Je me dis donc qu'il doit y avoir de la lumière derrière. Elle s'ouvre, je passe de l'autre côté, et j'arrive, en effet, dans un espace blanc, lumineux. J'avance et je vois une sorte de grande chaise, avec un très haut dossier. Elle a des dimensions hors normes. Elle est recouverte d'un velours bleu entouré de bois et d'or. Je m'assoie, et je

regarde tout autour de moi, il y a l'espace blanc très lumineux. » (Judicaël D., 40 ans, informaticien)

B. L'INFLUENCE DES ARCHETYPES DANS LE RENOUVELLEMENT DE LA VIE NATURELLE

Nous venons de décrire la perception des images archétypiques dans le monde intérieur imaginal, nous allons à présent analyser leurs influences sur le sujet dans la vie naturelle. Après les séances, l'archétype continue à s'activer, en produisant différents phénomènes psychophysiques : dissociation, modification des idéations et des sensations corporelles.

Bernadette M. nous dit qu'à l'issue de la première séance l'impression de descendre au crématorium, ainsi que l'image de la « pièce » blanche, lui sont très souvent revenus, sous la forme de souvenirs. Ce resurgissement spontané, avec sa charge émotionnelle, témoigne que l'activité de l'archétype perdure, à l'arrière du conscient. Nous observons ce phénomène très régulièrement, de telle sorte que nous le considérons comme l'un des critères d'efficacité de la transe. Dans le cas de Bernadette M., dans les heures et les jours qui suivent immédiatement la séance, la résurgence de ces images s'accompagne d'une somatisation : bouffées de chaleurs, apparition puis disparition de points dans le dos, puis disparition de l'oppression nocturne qu'elle ressentait comme un poids posé sur sa poitrine, ce qui permet la régulation du sommeil. Notons que l'addiction aux jeux disparaît spontanément alors même qu'elle n'avait pas été mentionnée pendant l'anamnèse et que cette disparition la surprend elle-même.

L'activité de l'inconscient se manifeste notamment par une forme de dissociation : elle se met à parler à elle-même à voix haute. La dissociation ici, qui se produit spontanément²⁰, n'est pas pathologique, mais possède au contraire une fonction thérapeutique. L'activité de l'imagination relève nécessairement d'une forme de dissociation et de possession ([18] p. 189), en raison de son caractère d'autonomie par rapport au complexe du Moi. Elle permet en l'occurrence une forme de réappropriation de soi : Bernadette M. s'encourage elle-même, malgré elle. Elle ressent la voix comme une partie d'elle-même qu'elle ne peut pas empêcher, comme une autre instance qui prend soin d'elle. « Je me parle beaucoup en m'adressant directement à moi-même pour m'encourager. Ça m'a surpris, mais je sens que ça me fait du bien. »

Les objectifs étaient donc pratiquement atteints dès la première séance. Toutefois, nous avons fait la deuxième séance comme convenu. Lors de celle-ci, comme nous l'avons vu, Bernadette M. parcourt une nature fleurie et se voit elle-même dans un nouveau corps, une sorte de corps spirituel, corps de vie après la vie. Lors du bilan intermédiaire de la troisième séance, puis lors de la séance bilan, cinq mois plus tard, elle me dit que les sensations de ce corps lui reviennent régulièrement à la mémoire.

« Depuis la dernière fois, j'ai beaucoup repensé, surtout au début, au moment où j'étais dans une robe blanche au milieu de cette vallée fleurie et que je marchais pieds nus. Surtout, ce qui m'intrigue, c'est le fait que j'avançais sans toucher le sol avec beaucoup de légèreté comme si je flottais. Cette scène m'est revenue sans arrêt après la séance, pendant au

²⁰ Comme on l'a dit, il n'y a pas de suggestions post-hypnotiques. Les phénomènes qui surviennent après la séance sont donc spontanés.

moins dix jours, j'y pense un peu moins maintenant. » (Bernadette M., troisième séance, du 24 avril)

« C'est surtout cette impression d'avancer légèrement qui me revient le plus souvent. Je me souviens bien encore de cette sensation de marcher pieds nus, d'être très légère, de flotter, ça m'a marqué. »

(Bernadette M., séance bilan, du 20 septembre)

Le processus inconscient thérapeutique se poursuit donc sous la forme de la réminiscence d'un ensemble de sensations corporelles, aussi bien extéroceptives qu'intéroceptives, d'une fusion originelle avec la nature, qui perdurent plusieurs mois après la séance.

De plus, après la deuxième séance, l'activité de l'archétype continue à se développer vers un nouveau stade, le stade de l'enfance, comme le montre les hallucinations que me rapporte Bernadette M. lors du bilan intermédiaire.

Ces hallucinations correspondent à une modification de la sensibilité extéroceptive, notamment de la vue – « J'ai l'impression que la pièce est beaucoup plus grande, et plus lumineuse aussi. Par exemple, la table est beaucoup plus haute, elle m'arrive à peu près là. », me dit-elle, en mettant la main au front ; et à une modification de la sensibilité proprioceptive – « le lavabo aussi est beaucoup plus haut et plus profond. », me décrit-elle en mimant le geste qu'elle doit faire pour atteindre le robinet : elle lève les bras. L'hallucination globale lui donne à vivre le point de vue corporel de l'enfant sur son environnement, ce qui se traduit également par son nouvel attrait pour les

couleurs vives, par son plaisir renouvelé des activités manuelles en extérieur, comme le jardinage.

Ces hallucinations semblent impromptues, toutefois nous les reconnaissons comme une nouvelle étape du développement de l'archétype de la renaissance, qui continue à être actif en arrière-plan. En effet, nous observons régulièrement la série corps-mort-corps spirituel-corps de l'enfant dans le temps de la transe induite. Les hallucinations de Bernadette M., qu'elle vit chez elle en dehors des séances, sont le fait de l'archétype de la renaissance qui continue à se développer, mais en se superposant aux perceptions du corps naturel en prise avec le milieu extérieur. Cette superposition du corps naturel et du corps imaginal et de leur milieu se montre également dans une remarque de Bernadette : elle souligne que ses hallucinations se produisent lorsqu'elle change de pièce, au moment où elle franchit le seuil. « J'ai remarqué que ça me fait cet effet surtout dans la salle de bain et le salon, et que ça se produit juste au moment où je franchis le seuil de la porte. » Ce phénomène est typique de l'état de transe : au sein du monde imaginal, le franchissement d'une frontière symbolisée par une porte, un portail, un pont, etc. conduit à une modification de l'état, à l'activation d'un nouvel archétype. Ainsi, lors de la superposition de la perception imaginale et de la perception sensible, le passage d'une pièce à une autre active le changement d'état, la survenue de la transe et de l'hallucination.

Au sein du monde imaginal, le milieu reflète l'état intérieur²¹, il en est l'extériorisation. Il y a donc unité entre le monde intérieur et le monde extérieur.

²¹ C'est sous cette perspective qu'il faut aborder la topographie du monde imaginal et particulièrement la nature et la forme de ces lieux. Cette question est particulièrement développée par Henri Corbin dans ses études sur l'imaginal dans le soufisme iranien du XII et XIIIe siècle. [13]

Cette unité produit chez le sujet le sentiment et les sensations d'une fusion du corps avec le milieu ambiant, avec la « nature merveilleuse ». Cette sensation de fusion²² se prolonge dans le regard de l'enfant (corps archétypique de l'enfant) qui renouvelle alors le regard de Bernadette M. – « Tous les matins, je sors et je fais un peu de jardinage, j'aime beaucoup ce moment-là. J'ai planté des pieds de tomates, j'en avais envie [elle rit]. » Nous observons régulièrement chez nos sujets ce besoin de retourner à la nature, voire de s'y fondre, à l'issue de la transe – comme chez Valérie M. :

« Revenue chez moi, je me suis replongée dans la rédaction de mon HDR. Je m'occupe de mon jardin et je fais de longues promenades en forêt en attendant de partir à la montagne pour y retrouver ma famille. » (Valérie M.)

On doit remarquer que les situations vécues par Bernadette M. pendant et après la transe, notamment son plaisir pour les couleurs vives, le fait qu'elle change ses vêtements et ses draps, pour des tissus de couleurs vives, qu'elle jette les vieux objets, etc. s'annonçait déjà dès le tout début de la deuxième transe, lorsqu'elle découvre sa chambre modifiée : « Comme pièce de tranquillité, j'ai vu ma chambre, mais avec des différences, avec des couleurs plus vives, et moins de choses dedans. Elle était plus vide. » Cette transformation, produite spontanément par l'imagination à ce stade, est également typique et indique que le processus de transformation est engagé. La modification du lieu, qu'elle constate et la surprend, reflète son changement d'état, déjà engagé sans qu'elle en ait encore conscience.

²² Nous y voyons l'archétype d'un rapport d'unité au milieu qui renvoie au désir d'un retour à la nature comme origine dans les pratiques d'immersion écologiques. [19]

En résumé, Bernadette M. vit une métamorphose du corps imaginal (le corps produit par l'imagination) en trois stades. Tout d'abord, elle perçoit son corps mort, qui lui est donné au titre de chose, c'est-à-dire comme ce qui est sans vie et qui se situe en face d'elle. Ce corps mort est produit par l'imagination et comporte ainsi une dimension symbolique dont nous avons donné quelques aspects (position du gisant, chevelure, socle en pierre, blancheur de la peau, froideur etc.) ; ensuite, elle vit en première personne un corps spirituel, portant les marqueurs de la féminité qu'elle perçoit à travers la sensibilité intéroceptive et extéroceptive (point de vue à la première et troisième personne) ; enfin, le troisième corps produit par l'imagination est celui de l'enfant qui s'active, pour Bernadette M., dans les semaines qui suivent la deuxième séance. La série des trois corps du monde imaginal constitue ainsi une expérience de métamorphose, produite par l'archétype de la renaissance : corps mort, corps spirituel, corps du nouveau-né (de l'enfant) ; mort, vie après la vie, renaissance. Bernadette M. se trouve ainsi transformée et, peut-on dire, étant donné son changement de vitalité, renouvelée. L'exemple de Bernadette met en évidence le lien entre les deux sens de « renaissance » que distingue Jung : entre, d'une part, la renaissance comme nouvelle vie après la vie, d'une vie qui ne cesse pas avec la mort du corps physique, et, d'autre part, la renaissance comme renouvellement vital d'un individu ou d'une partie de l'individu dans le temps limité de l'existence.

PARTIE III. DISCUSSION

A. DIMENSION PSYCHOÏDE DES ARCHETYPES ET HALLUCINATION

Si par « image archétypique », nous entendons une forme visuelle de l'archétype qui se présente à la conscience, notamment dans les rêves, notre étude met en lumière la qualité psychoïde (ou neutre) de l'archétype, c'est-à-dire sa double dimension physique et psychique, dans l'articulation somatopsychique. En effet, lors de la transe (induite), l'archétype n'apparaît pas uniquement à la conscience du sujet sous une forme statique, il émerge à travers le corps de façon dynamique, pour y induire des sensations typiques, tant extéroceptives qu'intéroceptives, et notamment cénesthésiques. Il reconfigure ainsi son corps vécu et son milieu imaginaires en une totalité, autrement dit en une situation archétypique que le Moi (transcendant) [4] vit en première personne.

De plus, nous avons vu que l'archétype continue à s'activer en dehors des séances, produisant des hallucinations visuelles et cénesthésiques. Il s'agit de reprises spontanées de la transe. Quelle est la nature de ces hallucinations ? On doit à Esquirol d'avoir défini le terme *hallucination* comme la « conviction intime et inébranlable d'une sensation actuellement perçue alors que nul objet extérieur propre à exciter cette sensation n'est à portée des sens ». [20] A proprement parler, la définition d'Esquirol convient à l'expérience que décrit notre sujet, Bernadette, lorsqu'elle perçoit le monde extérieur depuis le corps d'un enfant : ses perceptions ne correspondent à aucun objet extérieur donné par la sensibilité du corps vivant. Toutefois, elles renvoient à un archétype, qui est pour Jung un objet intérieur. Ses sensations constituent une perception, par les différents sens, y compris kinesthésiques, de l'archétype comme réalité objective intérieure (du plan imaginal). Si, donc, pour Franck N. et Thibaut F., le sujet souffrant d'hallucination « se méprend sur ce qui advient dans son environnement ou à l'intérieur même de son corps. » [20]. La méprise de l'hallucination, en l'occurrence, ne tient pas au fait que les perceptions sont sans

objet, mais qu'elles se rapportent au milieu imaginal et non naturel. Par ailleurs, si certaines hallucinations constituent des modifications de la perception de la réalité se produisant au moment du sevrage alcoolique ou caractérisant des pathologies mentales, comme la schizophrénie, ou encore des lésions cérébrales focalisées [20], les hallucinations de Bernadette M. manifestent le processus thérapeutique à l'œuvre et sont au principe de son rétablissement.

B. LES EXPERIENCES DE MORT IMMINENTE (EMI)

Il est remarquable que les scènes vécues qui structurent l'archétype de la renaissance sont en partie similaires à celles que vivent ceux qui ont fait une expérience de mort approchée : déclarés cliniquement morts, ils reviennent à la vie et témoignent alors de ce qu'ils ont vécu : perception de leur corps mort, traversée d'un tunnel, pénétration dans une lumière blanche, rencontre avec des défunts ou des entités spirituelles, transfiguration du corps, parcours dans une nature sur-lumineuse, puis retour à la vie naturelle avec, le plus souvent, le sentiment d'être transformés psychologiquement. [22]

De façon tout à fait comparable avec ce que nous rapporte nos sujets pendant la transe MIDAS, l'expérience de mort imminente se caractérise, tout d'abord, par la sensation de « sortie du corps » (Out Body Experience – OBE). Le siège de la conscience est alors perçu « en un point extérieur au corps physique. Cet état est généralement défini par les sujets d'OBE comme la sensation kinesthésique de ne plus être dans un corps physique. » [23].

De plus, la plupart des personnes qui ont fait une EMI relatent avoir rencontré une lumière blanche qu'ils décrivent, comme nos sujets, comme un



espace entièrement blanc, sans limite. Ils racontent entrer dans la lumière, comme dans un espace qu'ils assimilent au paradis ou à un nouveau monde spirituel, ou encore pouvoir communiquer avec cette lumière. [25] Selon l'étude de Lallier, réalisée sur 27 personnes, cette expérience se produit dans 81 % des cas, et selon l'étude Martial, réalisé sur 154 personnes, dans 69% des cas. ([24], p. 65) Le Dr Moody, dans son livre *La vie après la vie*, souligne la récurrence et l'importance de ce phénomène dans les EMI :

« De tous les éléments communs figurant dans les témoignages que j'ai analysés, le plus difficilement croyable, et en même temps celui qui produit sur le témoin l'impression la plus intense, c'est la rencontre avec une très brillante lumière, généralement qualifiée de "blanche" ou de "claire." » [22]

De même, la description que font les expérienceurs d'une nature paradisiaque correspond à celles de nos sujets :

« D'un instant à l'autre, je me suis retrouvée en haut d'une colline, dominant un lieu immense, composé de forêts de sapins et de fleurs. Je sentais un vent indescriptible, rempli de bonheur. Le ciel était plein de

couleurs magnifiques que je n'avais jamais vues avant. Les nuages défilaient très vite. Je ressentais un bien-être extrême. » ([24], p. 63)

Plusieurs hypothèses, selon des approches neurologiques et psychologiques, concourent à l'explication des EMI comme hallucination. Selon Jansen, les visions peuvent résulter d'un dysfonctionnement cérébral sous l'effet d'un psychotrope comme la kétamine, molécule utilisée pour l'anesthésie et connue pour engendrer des hallucinations, ou encore d'une hypoxie. Selon Thomas Rabeyron, ces visions peuvent également s'expliquer par un processus de défense psychologique : le sujet se donne à vivre une réalité fictive pour se soustraire à l'angoisse de la mort comme fin de la vie. [25] Jung, quant à lui, considère que la phénoménologie des EMI s'explique par l'imagination vraie qui s'active pour éclairer alors le plan archétypique objectif, avec d'autant plus de puissance et de précisions que la dissociation est avancée. Il donne comme exemple les visions de l'une de ses patientes, lors d'une EMI.

« Elle savait qu'il y avait derrière elle un paysage somptueux, une sorte de parc brillant des couleurs les plus vives, et notamment une prairie à l'herbe courte et verte comme l'émeraude, montant le long d'un versant, vers laquelle menait un portail à grille situé au premier plan et qui donnait accès au parc. C'était le printemps ; dans l'herbe étaient enchâssées de petites fleurs multicolores comme elle n'en avait jamais vu. Un soleil radieux baignait la campagne, toutes les couleurs brillaient d'un éclat indescriptible. Des deux côtés le versant était bordé d'arbres en feuillage sombre. » ([3], p. 97)

Le surgissement de ces images dans le cadre des EMI, pour ceux qui sont confrontés à la mort, comme lors de nos séances de trances pour des sujets dans un état dépressif, notamment devant l'angoisse de la vieillesse et de la mort, nous semble témoigner d'une fonction spontanée de compensation de l'inconscient, reconnectant le sujet à son fondement objectif. Les effets bénéfiques sinon curatifs de cette reconnexion lors de la transe et lors des EMI peuvent être comparés, dans la perspective jungienne de la renaissance. On observe en effet chez les sujets qui ont fait une EMI des profonds changements d'attitude [23] vis-à-vis de l'existence, et particulièrement dans le rapport à autrui. Renaud Evrard parle d'une « relance de la subjectivité » qui reposerait à la fois sur « l'épisode d'inconscience ; lorsque le sujet se perçoit mourant » et sur un processus de réélaboration ultérieure : « Les EMI représenteraient donc une forme extrême de symbolisation qui induirait parfois, chez ceux qui les vivent, une impression de profonds remaniements quant à leur vision du monde, leurs croyances et leurs valeurs. » [25] De manière similaire, lors de nos séances, le fait de voir sa dépouille, c'est-à-dire de voir son corps sans vie devant soi (de pouvoir en faire le tour, de l'observer de près, comme on le fait d'une chose) portant les signes corporels et symboliques de la mort provoque toujours une forte émotion chez nos sujets. Ce vécu resurgit spontanément, avec sa charge émotionnelle, sous forme de souvenirs, par intermittence, les jours suivants la transe, parfois pendant plusieurs mois et initie chez certains une réflexion sur le sens de l'existence, réflexion qui peut aboutir à des changements de vie, de conversion professionnelle ou religieuse, des ruptures sentimentales, de déménagements, etc. Toutefois, comme on l'a dit, le facteur essentiel de ces divers changements ne nous semble pas être le fait d'être confrontés à son propre corps mort, mais de pouvoir le regarder, autrement dit le fait de pouvoir vivre sa propre mort. Il s'agit d'une expérience corporelle de vivification, de vie après la vie, qui

s'éprouve pour le sujet à travers un ensemble de données intéroceptives et extéroceptives du corps vécu imaginal, d'absence de douleurs, de légèreté et de vivacité, au moment de la vision du corps mort et qui se poursuit ensuite dans l'entrée dans la lumière blanche, puis dans le rapport d'unité d'un corps spirituel avec une nature sur-lumineuse.

CONCLUSION

Nous avons évoqué, en introduction, l'étude de Jung sur les rituels de renaissance, rituels que l'on retrouve dans toutes les cultures, avec des variations suivant les systèmes métaphysiques. Les rituels sont des reproductions symboliques d'un processus de renaissance. « La transformation n'est pas vécue dans la participation ; le rite est utilisé dans le dessein délibéré de la provoquer. Il devient ainsi en quelque sorte une technique à laquelle on se soumet. » ([3], p.35) Selon Jung, le rituel ne peut avoir un effet curatif réel qu'à la condition que le sujet s'y identifie et que naisse ainsi une profonde émotion²³, au-delà du jeu (qu'il y tienne un rôle ou qu'il soit spectateur) et du plaisir esthétique. [3]

Dans le cas de la transe MIDAS, le problème de l'imitation et de l'identification ne se pose pas. L'imagination vraie reconnecte le sujet avec le plan archétypique, à travers sa sensibilité globale. Les étapes de la renaissance (imaginables et non imaginaires) qu'il traverse alors spontanément ne sont ni élaborées ni jouées, il les vit, les rencontre et les éprouve, en première personne, à travers les quatre fonctions de la conscience et de la volonté. Ces scènes

²³ Selon Jung, l'émotion esthétique ne saurait suffire, la transformation repose sur l'implication du sujet qui doit être de l'ordre du « vécu humain ». « Par vécu humain, j'entends une expérience au sein de laquelle la personne de l'auteur ne serait pas seulement passivement incluse dans sa vision, mais au cours de laquelle il agirait et réagirait en pleine conscience face aux personnages de sa vision. » ([6], p.204)

imaginale vécues, qui émergent spontanément à travers le corps jusque dans la conscience, témoignent d'un travail sous-jacent de l'être psychophysique qui s'effectue actuellement – travail en lui-même imperceptible et inconnaisable. [27, 8] Ainsi, les situations imaginale de l'archétype de la renaissance s'enchainent-elles pour aboutir à une relance de la subjectivité et un renouvellement du corps vécu naturel. De manière comparable avec les « métamorphoses subjectives » [25] produites par l'enchaînement des étapes des EMI qui sont, pour Rabeyron, « comme une sorte de « bouton reset » permettant à la psyché de se réorganiser ». [25]

BIBLIOGRAPHIE

- [1] Jung, C.G. Ma vie, souvenirs, rêves et pensées (2005). Folio.
- [2] Jung, C.G. Commentaire sur le Mystère de la Fleur d'Or (1979). Albin Michel.
- [3] Jung C.G. L'âme et le soi – Renaissance et individuation (1990). Albin Michel.
- [4] Jung C.G. La structure de l'âme (2019). L'esprit du temps.
- [5] Gaillard C. Jung (2000). PUF.
- [6] Jung, C.G. Dialectique du moi et de l'inconscient (1986). Gallimard.
- [7] Jung, C.G. Psychologie et orientalisme (1985). Albin Michel.
- [8] Jung, C.G. Métamorphose de l'âme et de ses symboles (2014). Livre de Poche.
- [9] Jung, C.G. Psychologie et alchimie (2004). Buchet Chastel.
- [10] Jung C.G. La structure de l'âme (2019). L'esprit du temps.
- [11] Traversi, B., Andrieu, B. « Le mandala comme espace originel, du dessin à la danse, selon C. G. Jung », Déméter. Théories & pratiques artistiques contemporaines [En ligne], # 7 | 2021, mis en ligne le 01 décembre 2021. URL : <https://demeter.univ-lille.fr/>, 0710/2022.
- [12] Schopenhauer, A. De la volonté dans la nature (1969). PUF.

- [13] Corbin, H. Corps spirituel et terre céleste (1979). Buchet Chastel.
- [14] Sohrawardi. L'Archange empourpré (1976). Fayard.
- [15] Hadot P. Plotin ou la simplicité du regard (2002). Gallimard.
- [16] Plotin Traité 1-6 (2002). Flammarion.
- [17] Chassat, J. Transe et gouvernement de soi et du monde selon Deguchi Onisaburō (2018). Cénacle de France.
- [18] Jung C.G. L'homme à la découverte de son âme (1962). Editions du Mont-Blanc.
- [19] Andrieu B.. Se fondre dans la nature, figures de la cosmose – Cosmotique 1 (2017). Lber.
- [20] Esquirol E. Des maladies mentales (1838). Paris. JB. Baillière.
- [21] Franck N. Thibaut F. Hallucinations (2003). Encyclopédie médico-chirurgicale - psychiatrie n°114 avril mai juin 2003
- [22] Moody, R. La vie après la vie (1977). Paris. Robert Laffont.
- [23] Corman, et Al., L'Expérience de mort imminente (EMI) : une synthèse de la littérature, « L'Année psychologique » 2017/1 Vol. 117 | pages 85 à 109
- [24] Lallier, F. Les expériences de mort imminentes (2018). Leduc.s Editions
- [25] Rabeyron T, Bergs A. (Clinique des expériences de mort imminente du vécu agnostique aux formes extrêmes de symbolisation) *Evolution psychiatrique*. 202 ; 85 (3).
- [26] Jung, C.G. Métamorphose de l'âme et de ses symboles (2014). Livre de Poche.
- [27] Andrieu, B. La langue du corps vivant – Emersologie 2 (2018), Vrin.

RESUME / MATERIEL & METHODES

OBJECTIFS : Dans le cadre d'une thérapie par l'hypnose jungienne, il s'agit d'observer l'émergence spontanée des images archétypiques lors de la transe et d'apprécier leur impact sur le processus thérapeutique. L'objectif est particulièrement de décrire le déploiement et les effets de la série d'images archétypiques qui constituent l'«archétype de la renaissance», selon Carl Gustav Jung.

METHODE : Notre étude est centrée sur un cas clinique que nous avons suivi sur quatre séances, sur une période de six mois. Les deux premières séances se composent d'une transe hypnotique et d'un entretien, les deux séances suivantes sont des entretiens. A l'issue de chaque transe, nous recueillons les situations vécues du sujet dans son monde intérieur, afin de relever la présence des archétypes et de retracer leur déploiement. Ensuite, nous mettons en rapport le vécu intérieur du sujet avec son évolution psychologique entre chaque séance. De plus, afin de discerner les images archétypiques, appartenant à l'inconscient collectif et non à l'inconscient individuel, nous comparons ses vécus intérieurs avec ceux d'autres sujets.

RESULTATS. Nous avons observé la formation spontanée de scènes archétypiques que le sujet, pendant sa transe, vit en première personne avec sa sensibilité globale. Il s'agit d'un vécu intérieur sensible des archétypes. Ce qui nous a conduit à distinguer deux types de corps vécu par le sujet : le corps vécu imaginal (ou archétypique) qui s'active pendant la transe, corps qui se rapporte au monde archétypique (avec son espace et ses objets propres), d'une part, et le corps vécu naturel qui se rapporte au monde naturel, d'autre part. La série des scènes archétypiques que vit le sujet se présente comme une métamorphose spontanée du corps vécu imaginal en trois stades : corps mort, corps spirituel (de la vie après la vie), corps de l'enfant. La série représente ainsi pour le sujet une expérience de renaissance, de revivification, qu'il vit en première personne à travers son corps vécu imaginal. Par ailleurs, on observe une activation spontanée du corps imaginal par intermittence entre les séances : le corps imaginal et le corps naturel se superposent alors dans un corps vécu global. Ce qui témoigne du fait que l'archétype de la renaissance continue à se déployer au-delà des séances. L'activité de l'archétype impacte la psychologie du sujet en modifiant son idéation, ses sensations et ses envies, autrement dit le Moi phénoménal. On constate une disparition des addictions (alcool et jeux), une régulation du sommeil et une sortie de la dépression qui se traduit par un nouvel élan vital et une resocialisation. Lors de la dernière séance, au sixième

mois, nous notons que ces modifications, observées dans les jours qui ont immédiatement suivis les deux premières séances, sont stables.

DISCUSSION. L'expression « images archétypiques » désigne une forme visuelle de l'archétype apparaissant notamment dans les rêves. Notre étude met en lumière la qualité psychoïde de l'archétype, c'est-à-dire sa double dimension physique et psychique, conformément à la théorie de Jung. L'archétype apparaît comme une structure originelle qui émerge dans le corps, à l'occasion de la transe, pour y produire une série d'idéation, d'émotions et de sensations typiques, modifiant ou renouvelant le corps vécu du sujet. Si les hallucinations sont considérées comme des perceptions vides, sans objet, et donc des déformations de la réalité ; en l'occurrence, les hallucinations qui se produisent lors des séances de mise en transe, mais aussi celles qui apparaissent spontanément dans les jours et les semaines qui la suivent, sont l'effet de l'activité en arrière-plan de l'archétype, et témoignent alors du processus thérapeutique à l'œuvre. Autrement dit, l'archétype est l'objet réel de la perception – l'organe de perception étant, selon Jung, *l'imagination vraie* (par distinction avec *l'imaginaire* qui produit du fictif). Nous constatons que les situations archétypiques, produites par l'« imagination vraie », qui manifestent le déploiement de l'archétype de la renaissance sont en partie identiques aux EMI (Expériences de mort imminente). Sous cet angle, on peut alors considérer les EMI, comme témoignant d'une reconnexion du sujet avec plan originel archétypique (l'inconscient objectif), ayant une portée de renouvellement vital.

CONCLUSION. L'activation de l'imagination vraie, par la transe, permet au sujet de se reconnecter avec le plan archétypique, à travers sa sensibilité globale. Les scènes archétypiques qu'il traverse, de la mort à la renaissance, renouvellent sa vitalité, l'image de soi, son rapport au milieu et à autrui particulièrement. L'effet curatif repose sur la nature originelle et psychoïde de l'archétype qui refonde le Moi phénoménal, comme une forme de réminiscence sensitive d'un être au monde originel qui était perdu ou voilé.

ICONOGRAPHIE

Les illustrations présentées: P ; de garde & détail de *L'art au présent : Paradis Terrestre* <https://www.pinterest.fr/pin/325244404337393213/>) et quadryptique *Le Monde* (La chute, Enfer, Le Paradis et Emyrée) plus extraits séparés. Ces images sont libres de droit et extraites des œuvres de Jheronymus Bosch (1450 c-1516) dont une partie a été récemment exposée à la Gallerie Accademia à Venise [VISIONS OF THE HEREAFTER | Gallerie dell'Accademia di Venezia \(gallerieaccademia.it\)](https://www.gallerieaccademia.it) Catalogue: 182; 184 Hall: VII.