

## Interview de Christine Zürcher et Jacques Vaissac, analystes psycho-organiques et végétothérapeutes APsySE

1. *Vous êtes analyste psycho-organique. Qu'est-ce qui vous a amené à faire une formation en végétothérapie ?*

- Insatisfaction personnelle des formations et méthodes précédentes n'ayant pas touché suffisamment nos problèmes personnels : peur, somatisations, compréhension de notre dynamique de vie et de ses blocages.
- Rencontre de F. Navarro visiblement très impliqué dans une transmission élaborée de la méthode W. Reich, qui plus est en procédant dans l'ordre préconisé par son auteur et semblant couvrir les niveaux et problèmes de façon apparemment plus exhaustive.
- Complément direct et surtout description complète et plus précise de la transmission reichienne, dont visiblement Gerda Boyesen n'avait reçu qu'une partie de la part d'Ola Raknès.
- Goût personnel pour tout le corporel, l'incarnation de l'âme, la recherche et la curiosité pour l'humain et son évolution possible et certaine.

2. *Diriez-vous qu'il y avait un manque en APO ?*

Oui. Le travail par niveau n'existait pas et nous n'avons jamais bien su distinguer ce qui était psychologie biodynamique et végétothérapie. Même après les formations spécifiques au deep-draining de Gerda et à la végétothérapie avec Ebba dont Jacques a été le coordonnateur à l'époque, en même temps qu'un participant complètement impliqué. Quant à la différence avec l'APO, le manque est évidemment du côté du corps en APO qui mentalise beaucoup et qui est limitée dans ses concepts et élaborations par rapport à la psychanalyse. J'ai fait 10 ans de supervision avec Paul, nous avons rarement parlé du cercle et beaucoup plus à partir de concepts psychanalytiques. Par contre j'utilise encore tous les jours le concept des 3 formes qui vient plutôt d'Yves et Jacqueline.

3. *Aviez-vous appris les méthodes de Gerda Boyesen ou Ebba Boyesen (massages, deep-draining...) avant d'entreprendre cette nouvelle formation ? Si oui, Quelle différence essentielle faites-vous ?*

La différence est que Gerda développe une approche non céphalo-caudale : elle part de ce qui est apporté par le client et de ce qu'elle détecte de la charge énergétique en l'amenant à un niveau abréactionnel (le plus violent étant le meilleur) sur la base simpliste de l'époque que l'abréaction résout tout. Nous avons découvert les transformations silencieuses et liées avec ce qui est développé aujourd'hui dans les techniques actuelles de la dissociation structurelle ou EMDR ou EFT... En restant dans le domaine de tolérance psychique (zone d'excitation cérébrale, où les transformations peuvent s'opérer en ayant un pied ici et un pied dans le passé). Cela n'est pas possible dans l'illusion d'une régression totale où l'on passe en un instant sous les défenses, mais où, régression faite, rien n'a changé<sup>1</sup>.

4. *Dans votre pratique, quelle est la méthode centrale ? Est-ce que cela dépend des difficultés des clients, de leur pathologie ?*

---

1. Note de Jacqueline Besson : il me semble que cette définition du travail de Gerda est trop réductionniste.

L'APsySE est pour nous une méthode centrale : une méthode est selon nous liée à l'évolution même du thérapeute et donc des méthodes qu'il a pratiquées comme client et comme étudiant. Rien n'est pratiqué de la même façon sous le même nom, par des personnes différentes. La question me semble donc illusoire. Dans une même séance je peux aujourd'hui dire que j'utilise des aspects de : psychanalyse, analyse transactionnelle, APO, PNL, EMDR, EFT, TAT, Végétothérapie, etc. Cela dépend des demandes, des processus, des structures rencontrées, et des transferts et contretransferts, au moins.... Ce qui n'empêche pas que l'APsySE reste la méthode centrale qui accompagne, suscite et permet le processus de régulation énergétique et de développement psychique, c'est-à-dire de guérison des noyaux psychotiques, des psychonévroses et névroses.

5. *Diriez-vous que la végétothérapie est une méthode psychothérapeutique à part entière ou quelle est une technique complémentaire ? À qui s'adresse-t-elle essentiellement ?*

L'APO est et reste une bonne base de contact intime avec le client.

Gerda Boyesen nous a montré l'importance de l'être-thérapeute au contact du patient, aspect essentiel et fondamental de toute psychothérapie ! Je suis très étonné de voir les « grands » thérapeutes européens actuels proposer des développements de l'EMDR et autres méthodes, de plus en plus proche du corps et de retrouver les qualités d'observation et d'exploitation de Gerda en séance individuelle de psychothérapie . Mais ils ne travaillent plus de la même façon en séance. Les développements verbaux et les conduites des moments transformationnels sont infiniment plus précis, concrets, stimulants et structurants qu'auparavant. Pour autant je ne vois pas que l'on quitte le fil de l'inconscient et le respect le plus intime de la personnalité profonde du patient. Le fantasme d'une identité préexistante est dépassé. Si l'âme sait ce qu'elle veut incarner, elle ne le peut que dans une identité incarnée. Ceci a lieu dans le monde actuel et se forge dans la rencontre d'un humain profond, sincère et respectueux. L'une des dérives possibles de l'APO a été de trop structurer l'empathie (comme une technique) et de guider parfois de trop près ou de façon trop conventionnelle, faisant fi d'une vraie relation où le thérapeute s'implique. La végétothérapie fut conçue par les successeurs de Reich, comme une méthode à part entière et si nous nous en sommes détachés c'est parce que justement elle semblait fixée pour l'éternité ! L'APsySE s'adresse à toutes personnes désireuses de véritables changements, sans exclusion. Mais les limites sont toujours dues à la dissociation et aux aspects clivés ou forclos des noyaux psychotiques ou border line. Ces aspects disposent pratiquement d'identités psychiques propres et doivent donc être abordé comme tels, ils peuvent fuir toute méthode tant que l'on n'a pas les moyens de les repérer et de les aborder.

6. *Est-ce que vous pouvez décrire une séance de végétothérapie ? Y a-t-il un protocole strict ?*

7. *Comment se déroule le processus en végétothérapie ? Y a-t-il un protocole strict ?*

8. *Comment liez-vous le déroulement de la séance et le cheminement du processus ?*

Pour ces questions, voir notre « Méthodologie de l'APsySE » et notre livre « Souffrir ou Aimer » Édition Somapsy

9. *Quels effets positifs avez-vous remarqués lorsque vous appliquez la végétothérapie ? Donnez des exemples, si possible.*

Les effets fondamentaux sont la structuration très solide du moi intime et social. Le développement des sensations (déblocages des absences sensorielles plus ou moins

importantes) ; d'autres développements peu à peu permettent la disparition des peurs et des phobies.

10. *Est-ce que la végétotherapie utilise la respiration ? des exercices corporels ?*

W. Reich est parti de la respiration bloquée comme directement liée aux aspects caractériels travaillés en analyse. Donc tous ses descendants l'utilisent énormément. L'ApsySE comme la végétotherapie pratique segment par segment avec tous les aspects de la respiration à commencer par le nez et l'odorat, la gorge comme lieu de l'inspiration et de l'expression, le thorax comme régulateur de l'intensité des affects, le diaphragme comme lieu du contrôle des sensations sexuelles et de tout ce qui est angoisse et peur, le ventre comme porteur complémentaire des blocages psychiques liés à la respiration, ainsi que le pelvis bloqué et ayant perdu toute souplesse respiratoire et orgasmique (« pelvis de mort » disait Gerda). Ainsi Végétotherapie comme APsySE sont une véritable rééducation de la respiration, qui est heureusement complétée par celles du tantrisme, ou de la voix (colonne vocale sonore).

Les exercices corporels sont nommés actings en végétotherapie et sistims en APsySE. Selon les façons de les dénombrer ils sont entre 50 et 70. Nous en avons améliorés, créés et fait évoluer.

11. *Qu'est-ce qu'un acting ou sistims ?*

C'est un temps de travail composé de deux phases pour le patient : l'une purement corporelle (présence psychologique fondamentale), durée 15 à 25mn, là se situent les abréactions involontaires déclenchées par la sistim en cours et l'autre purement verbale (en APsySE incluant affects, associations et transformations par les méthodes additionnelles).

12. *Quelle place occupe l'expression émotionnelle ? (Exemples)*

L'émotion est une expression réactionnelle de l'être dans les situations de sa vie. Il s'agit en la retrouvant de la libérer du passé où elle fut bloquée au même titre que des sensations ou des mouvements, des cognitions négatives ou des images traumatiques. L'effet est thérapeutique quand la conscience du passé et du présent se chevauchent et que le passé est passé et n'a plus de raison de se présenter constamment à l'insu de la personne. C'est là qu'interviennent les pratiques complémentaires. L'expression émotionnelle change donc d'importance au cours de la répétition des sistims, en passant de zéro à un maximum puis dans un retour à zéro, après libération et intégration.

13. *Y a-t-il des effets régressifs vers le passé ? Que faites-vous des abréactions ? Comment les accompagnez-vous ?*

Cf réponses précédentes. Ch2 Souffrir ou Aimer.

14. *Est-ce que vous utilisez le toucher ? Si oui... Avec quelle intention ? De quelle manière*

Oui :

- Pour diagnostiquer et évaluer la structure avec le fameux massage reichien qui explore la nature des muscles neuro-moteurs de tout le corps en trois minutes dos et devant inclus. L'évaluation est refaite régulièrement tout au long du processus. En APsySE nous le pratiquons en début de chaque séance car il mobilise bien l'énergie et sa circulation dans le corps, il aide le patient à sentir son corps et peu à peu libère mieux sa respiration.

- Pour certains sistims en utilisant un contact très limité (comme les mains sur les oreilles par exemple).
- Dans les phases de reparentage et/ou de surcharge émotionnelle, les outils de Gerda Boyesen massages, bon parent, polarisation peuvent être utilisés utilement. Ces outils ne sont pas privilégiés en APsySE.

15. *Est-ce qu'il y a avant, pendant ou après le travail un moment de verbalisation ?*

Toujours, c'est le moment important qui oblige à l'interpénétration du corps et de la psyché par la parole. Dans notre méthode l'accompagnant écrit sous la dictée du patient en plus de son écoute et action thérapeutique, quitte à rattraper le non écrit pendant le temps suivant. Ainsi la mémoire du travail reste consignée. La verbalisation comporte l'inventaire des sensations, sentiments, émotions, souvenirs visuels et auditifs, ainsi que des élaborations et prises de conscience sur soi-même, sa vie, et tous les fantasmes. C'est le moment de la psychoéducation et de l'utilisation à chaud des méthodes transformationnelles comme l'EMDR, l'EFT, la dissociation structurelle, et des réélaborations des souvenirs touchés. La verbalisation est donc en APsySE un moment clé des transformations, aussi important que les mobilisations corporelles.

16. *Comment le travail organique est-il intégré au processus thérapeutique ? Comment intégrez-vous cela avec l'APO ?*

Tout le corps est concerné, organique inclus. Les réactions organiques sont constantes dans la mesure où la personne sort des dissociations qui affectent sa vie. Que ce soit métabolisme, cuirasse neuromusculaire, réactions vibratoires ou spastiques, émotions diverses – pleurs, cris, violences et expressions agressives neuro-motrices. Nous allons beaucoup plus loin qu'en APO, car nous déclinons systématiquement tous les anneaux reichiens et donc tous les niveaux du développement neuropsychiques de l'enfant depuis sa conception (travail yeux et oreilles et nez) jusqu'à la sexualité (pelvis et 7ème niveau). Ceci respecte la chronologie de création des défenses neurologiques cérébrales (conception à motilité), puis neuromusculaires (motilité à post Œdipe). Très important car cela évite les décompensations psychotiques ou borderline, ou psychosomatiques dans la mesure où l'anamnèse et les signes montrés dans les sistims sont respectés.

17. *Est-ce important de travailler en groupe ?*

Oui et non. Le groupe enrichit les dynamiques surtout quand il est ouvert et non limité dans le temps. Les anciens et les nouveaux patients se croisent, s'enrichissent et apprennent non seulement de leur propre expérience mais aussi de celle des autres. En groupe chaque patient accompagne un autre dans ce travail ; Le patient est suivi en même temps par les formateurs et assistants présents, ils interviennent pour spécifier et rappeler les consignes de chaque sistim, tenir le cadre pendant les abréactions violentes, aider à l'intimité des moments de régression douloureux et approfondir les verbalisations et intégration.

18. *Quelle est la longueur d'une thérapie en végétothérapie ?*

De 2 à 5 ans selon la demande du patient et ce qu'il veut traiter. Souvent il va plus loin qu'initialement prévu, sauf transfert et résistance thérapeutique négative ou phobie du changement non détectés suffisamment tôt et traités efficacement.

19. *Sur quelles bases théoriques est assise, à votre avis, la végétothérapie ? Quels théoriciens en sont les principaux inspirateurs pour vous ?*

Reich, Ola Raknès sont communs à la végétothérapie telle que transmise par Gerda Boyesen et F Navarro. Puis les deux branches se sont séparées. Les branches américaines (Boadella, Becker, Guash, etc.) ne nous sont pas vraiment connues. Quant à l'orgonomie, elle reste très confidentielle et discutée, nous ne la connaissons pas vraiment et ne la pratiquons pas.

20. *Vous faites travailler vos patients du segment oculaire vers le sexe ? Pourquoi cette direction ? Gerda Boyesen prend le modèle du réflexe de sursaut où lorsqu'il y a un stress tout le corps est concerné ?*

Reich a développé dans l'analyse caractérielle le concept céphalo-caudal. Voir notre réponse plus haut du bénéfice de procéder de cette façon (approche sécuritaire et exhaustive – nous n'avons jamais vu de patient qui n'ait à « déblayer » quelque chose dans un niveau). Suivre le réflexe de sursaut est plus subjectif et lié à l'art du thérapeute et nous avons connu des végétothérapeutes pratiquer comme Gerda et ne pas avoir des résultats très convaincants.

21. *Qu'en est-il des aspects neuro-végétatifs dans la végétothérapie ? Travaillez-vous sur l'énergie descendante (déflux) ?*

Le déflux de Gerda Boyesen est plus justement nommé système parasympathique. Le fonctionnement naturel du système végétatif et émotionnel est le résultat du dénouement des nœuds des fibres musculaires qui se fait peu à peu au cours de la répétition de chaque sistim en provoquant les effets dont nous avons déjà parlé. Tant que le « dénouement » complet n'est pas accompli, la sistim est répétée. La durée du travail n'est pas la même selon les niveaux, en général les trois premiers prennent autant de temps que les quatre derniers.

22. *Peut-on faire des exercices, sans un thérapeute, pour dénouer ses tensions musculaires et accélérer le processus ?*

Non. Pour des aspects « gymniques » seulement, et maintenir les résultats après un processus complet. Pour une psychothérapie, la présence d'un « Autre », témoin humain, est fondamentale. Il n'y a pas d'accélération du processus à pratiquer seul, mais plutôt le risque de stagner ou régresser, car sans une verbalisation approfondie, la partie subconsciente mobilisée risque de passer inaperçue du patient et inexploitée.

23. *Pensez-vous que le transfert a une place importante dans l'emploi de la végétothérapie ? À quoi le voyez-vous ? Diriez-vous que le transfert est plus sur la méthode que sur le thérapeute ?*

Sans prise de conscience du transfert de quelque ordre qu'il soit, il n'y a pas de relation thérapeutique profonde possible. L'alliance thérapeutique est fondamentale et doit permettre tous les types de transfert. Il se fait autant sur la méthode que sur le thérapeute. Parfois simultanément, parfois indépendamment. Quelques éléments d'appréciation de l'existence du transfert : il apparaît dans l'implication ou le refus à respecter les consignes, à manifester ses émotions et avis divers, à oser montrer des traits de caractères habituellement cachés, honteux, à parler librement de sa sexualité, à interpeler le thérapeute au cours de désaccords, etc.

24. *Comment qualifieriez-vous l'attitude du végétothérapeute envers son client ? Comment peut-il utiliser son ressenti ? Est-il neutre, compatissant... ?*

L'attitude du thérapeute est fondamentalement bienveillante, attentive et présente. Les informations provenant du ressenti font partie intégrante des outils du thérapeute pour comprendre le patient et communiquer habilement et utilement avec lui, y compris avec les parties les plus dissociées du patient souvent ses plus inconscientes. Le thérapeute est donc le plus associé possible à tout ce qui se passe en lui, pour choisir les meilleures approches de la structure du patient au moment de la verbalisation. C'est dans cet espace de transfert et de contre-transfert qu'un thérapeute est plus ou moins efficace qu'un autre pour ce patient à ce moment là. Comme d'habitude, souvent c'est le thérapeute qui limite le développement possible du patient. Le thérapeute est bien sûr basé sur l'intérêt pour la vie et pour les autres avant toute technique et formation.

25. *Y a-t-il un moment opportun pour introduire la végétothérapie dans le cours de la thérapie ?*

Oui et non. Non si la demande est de faire un travail psychocorporel dès le début. Sinon il se peut que la demande ou la structure indique une autre méthode, mais que l'APsySE devienne « obligatoire » à un moment donné. Les critères de choix sont relatifs à l'état dissociatif du patient, ses niveaux personnels de défense par absence de présence et d'efficacité mentale, qui se constituent naturellement en APsySE.

26. *Avez-vous vu des dangers, des contre-indications ? Les résultats positifs sont-ils durables ?*

Oui. Les dangers résident principalement dans le premier niveau hypo-organique, qui révèle un noyau psychotique latent qui peut décompenser en épisodes psychotiques. Les états psychosomatisés tels que l'obésité, la boulimie, l'anorexie, ou les états physiquement violents ou les personnes à structures perverses ou addictives (attention aux prises de drogues), doivent être suivies au plus près, et avec une grande perspicacité quant à la véracité et la sincérité et complétude des informations données dès le début et en cours de processus. L'état dissocié, pour lequel personne n'était vraiment formé il y a des années lors de nos formations, doit être détecté afin de la travailler façon forte dans toute méthode.

Nous pensons que nous faisons parties des méthodes dont les résultats positifs sont les plus durables, mais notre expérience n'a que 10 ans et ne nous permet pas plus de commentaires.

27. *Est-ce que pour être admis(e) dans la formation en végétothérapie vous avez dû faire état de votre qualité de psychothérapeute (ou d'analyste psycho-organique) ?*

Nous n'avons rien caché et avons affiché notre lien profond avec Gerda Boyesen et son attachement à Reich. Nous avons compris dès le départ la lutte fratricide qui existait depuis toujours entre Gerda et Federico ; nous n'avons pu qu'imaginer qu'il s'agissait de jalousie et de rivalité professionnelle... qui continuent d'ailleurs...

28. *Associez-vous la végétothérapie et l'EMDR à certaines occasions si vous connaissez les deux techniques ?*

L'APsySE regroupe des thérapeutes qui ont été très déçus des esprits d'école qui étaient des esprits de clocher. Nous sommes ouverts par définition à toutes les recherches actuelles qui traitent de l'énergie, du corps, du mental et du cœur. Cela va vers moins de douleur, moins de souffrances, plus d'efficacité, des durées plus courtes, et plus d'unité de tous les niveaux de l'être humain, cœur, âme et esprit compris.

29. *Avez-vous envie d'ajouter quelque chose ?*

La lecture du corps, physique autant qu'énergétique s'élabore de plus en plus, au fil des accompagnements de patients. Nous sommes de plus en plus invités à habiter notre propre corps, et à entrevoir encore d'autres apports qui pourraient améliorer tout le processus d'incarnation: le travail de la voix, la physique quantique, les neurosciences, et de certaines voies spirituelles qui confirment l'importance de la responsabilité, de l'amour, du pardon et de l'acceptation de la mort comme des objectifs indispensables à toute guérison, etc.

Fait par mail entre Lyon-Dijon et Marignac, le 13 janvier 2012