

Psychophanie: un plongeon dans l'inconscient

Anne-Marguerite Vexiau

Le 19 mai dernier, une conférence-débat organisée par l'association "Spasmophilie et sérénité" s'est tenue au lycée Henri IV à Paris. Le compte-rendu de l'exposé réalisé par Anne-Marguerite Vexiau sera suivi par des extraits de celui de Geneviève Goreux-Marois concernant sa propre expérience en psychophanie et ses réflexions sur cette approche.

Anne-Marguerite Vexiau commence par expliquer la façon dont elle a découvert la psychophanie, les processus qui entrent en jeu et son action thérapeutique avant d'aborder la prise en charge plus spécifique des spasmophiles.

Que peut apporter la psychophanie aux spasmophiles?

J'ai peu de recul encore dans la prise en charge de ces patients, mais comme pour toutes les personnes présentant un mal être sans véritable substrat organique, la psychophanie permet de mettre le doigt sur des éléments de leur histoire ou des sentiments qu'ils ont refoulés, bloquant les souvenirs qui auraient risqué de les conduire à la souffrance. Pour empêcher les sentiments douloureux, ils mettent en place des défenses qui se traduisent:

* sur le plan mental, par une irritabilité, une anxiété ou un état dépressif,

* sur le plan physique, par des contractions musculaires, des crampes et des spasmes, une grande fatigue, des problèmes de sommeil, des troubles du rythme cardiaque, etc.

Le moindre conflit intérieur ou traumatisme affectif semble avoir des répercussions importantes chez les spasmophiles. Leur hypersensibilité les met dans un état d'alerte permanent.

La psychophanie permet de rechercher les raisons de leur mal être et de leurs angoisses, de prendre conscience des événements marquants de leur vie, de mieux comprendre les relations avec leurs proches et réfléchir à des solutions pour améliorer leurs conditions de vie.

La constante chez les spasmophiles que j'ai commencé à recevoir, c'est la transmission, l'héritage psychique qu'ils semblent avoir reçu de leur mère. Les premières influences de l'environnement sur la vie psychique commencent dès le stade foetal. Une mère déprimée transmet sa déprime avant même que le bébé naisse.

Voici quelques réflexions de spasmophiles :

Cage dans ventre de cadavre, je rate lancement de vie.

Ma vie fuit grotte de vie (utérus) détruite. Grave d'être fils d'une mère tuée de vie.

Nourrie de ma mère, je vis morte.

De ce fait, le spasmophile est souvent fataliste. En psychophanie, il prend conscience qu'il est un sujet autonome de désir, capable de créer sa propre vie, de rompre le processus de la systémie. Il se démarque par rapport à cette fatalité. Souvent étonné de constater au fond de lui-même une force intérieure qu'il n'imaginait pas, il reprend confiance, sort de sa culpabilité.

D'autre part, et c'est une chose qui me surprend et me bouleverse, il semble exister a posteriori une possibilité de réparation, de réhabilitation, de réconciliation impressionnante.

Je suis bébé dans les bras de vie de maman.

Le bébé que j'étais peut guérir ma mère.

Fête de vie de cet enfant peut redonner vie à ma mère et l'amour de cet enfant peut chasser malheur.

Maman fait crier son bébé de vie.

J'autorise maman morte à aller m'enserrer dans ses bras.

Ayant accès aux informations de mon cerveau, chacun se compare aux autres, profite de leur avancée pour me réclamer la même démarche avec les

propres membres de leur famille. Ils entrent dans une histoire commune. Mes patients s'aident mutuellement, les "billes de clown" (mes patients handicapés) supportent les personnes valides et vice-versa. Je ne peux avoir de validation directe de cette action, je ne peux que rapporter ce qu'écrivent mes patients et surtout constater le bien être de mes patients. Et c'est ce qui est important !

Jusqu'où irons-nous avec ce processus qui donne accès à cette vie souterraine entre les êtres, à ce réseau qui est d'une si grande richesse ?

Bien entendu, il faut utiliser cette approche avec la plus grande prudence, ne pas prendre tout au pied de la lettre. Reliés en permanence, les inconscients dialoguent en silence. Il existe de ce fait des phénomènes de projection qui

font qu'on ne sait pas toujours si la totalité du message écrit provient du patient. On peut considérer le facilitateur comme une antenne réceptrice et émettrice. Selon la longueur d'ondes sur laquelle il est branché, il transcrit les messages de son patient, ceux des observateurs ou encore les siens. Il faut donc tenir compte de possibles interférences.

D'autre part, comme le disait un psychologue, "on ne fait pas un trou dans un mur porteur sans assurer un étayage". Le patient peut être déstabilisé par ce dont il prend conscience de son for intérieur et il faut pouvoir gérer cette déstabilisation. Je travaille en lien avec des psy ou médecins qui suivent les mêmes patients que moi et à qui ceux-ci peuvent parler de ce qu'ils ont vécu en séance.

La psychophanie est un processus thérapeutique

prometteur, efficace et rapide. Cependant les phénomènes observés sont si dérangeants pour la plupart des scientifiques cartésiens ancrés dans le matérialisme, que c'est une démarche encore très controversée.

De plus, elle est difficile et longue à apprendre pour le facilitateur. Elle demande un certain lâcher-prise, une grande disponibilité et beaucoup de pratique. Certains entrent mieux dans ce processus que d'autres. Si les facilitateurs sont heureusement de plus en plus nombreux pour s'occuper de personnes handicapées, nous sommes encore trop peu à l'exercer pour des personnes valides, alors que la demande s'accroît. Il est pourtant indispensable de développer cette approche.