

La psychoboxe : un lieu d'accueil pour la violence.

C'est peut-être avant tout cela, pour moi, la psychoboxe : un lieu d'accueil pour la violence.

C'est : en tant que je me propose comme psychoboxeuse pour quelques-uns.
Ça a été : longtemps, pour mon propre compte.

Accueillir des personnes prises d'une façon ou d'une autre dans les rets de la violence, c'est prendre le parti d'écouter cette violence, de l'accueillir en corps – avec tout ce qu'elle génère de tensions, d'éprouvés physiques et psychiques.

Accueillir la violence, c'est la reconnaître, lui donner droit de cité, ne pas la juger – et ne pas vouloir la faire disparaître trop vite. Ne pas trop vite chercher à la gérer, la canaliser, car elle parle de ce qui a été malmené, violenté chez celui qui l'agit, pour qu'il réagisse ainsi.

C'est l'accueillir, pour pouvoir l'aborder/la border, et permettre au sujet l'accès à une contenance psychique possible, là où son psychisme le déborde en permanence. Dans une pratique de l'extrême douceur, malgré parfois la « violence » des combats et des affects.

De ces deux premiers mouvements d'accueil et de contenance, peut découler une transformation et un gain de liberté par rapport aux mouvements internes qui agitent un individu. C'est lui permettre un gain de liberté intérieure, qui peut rendre possible un accès plus apaisé au collectif.

Je pourrai dire que c'est là, pour moi, un résumé de ce que m'a appris la psychoboxe.

La psychoboxe, un lieu d'adresse possible, un dispositif où puissent se dire et s'éprouver, au travers d'un corps en mouvement dans un affrontement/combat avec « l'Autre », les autres, les démons intérieurs – et dans une quasi simultanéité, les affects, les tensions corporelles et psychiques, les pensées, les souvenirs...

Éprouver, dire ou tenter de dire, sans paroles parfois, les effets de la violence en soi, subie ou agie. Ceci est possible quand un autre accepte de s'installer avec celui qui vient, dans ces zones « in » : inimaginables, impensables, insupportables, incompréhensibles.

S'installer, supporter d'y rester, c'est une façon d'authentifier ce qui a bien pu se passer. Être témoin d'une certaine façon (même si on n'y était pas) avant d'être un éventuel passeur. Témoin de ce qui ne peut pas être dit mais de ce qui en même temps ne peut être tu. Et qui passe par le corps. Témoin de ce que montre une

mémoire chevillée au corps mais qui n'est pas toujours symbolisable parce que n'étant pas advenu comme souvenir, n'étant pas inscrit dans une histoire. Une façon peut-être de permettre une première inscription.

La psychoboxe, un espace de lecture de traces, manifestes ou infimes, difficilement déchiffrables parfois. En permettre une écriture, pour que « ça cesse de ne pas s'écrire ».

Nouage. Travail de liaison.

La violence, j'y suis tombée dedans petite. Violence propre, blanche sans traces apparentes et même inimaginable de l'extérieur. Selon moi, violence meurtrière, qui passe complètement inaperçue aux yeux de tous, ce qui laisse désespérément seule... Où sont les bleus, les traces qui permettraient de montrer, mais aussi de se prouver à soi-même ce que l'on sait pourtant : c'est violent, meurtrier, fou, pervers ?

Alors c'est régulièrement l'affolement, la-folle-ment. Qui est fou là-dedans ? Comment pouvoir encore penser ? Vertige ... Très tôt une position que je nomme de « survie ». Clivage volontaire, choisi, pour me protéger. Et la décision d'aller bien, au point d'y croire parfois, souvent. Et à certains moments heureusement d'aller « vraiment » bien.

Année 90. Une affichette annonce une intervention de Richard Hellbrunn auprès des visiteurs de prison. Je ne sais plus ce qui est écrit, mais ce qui est sûr c'est que ça « résonne » en moi ; je trouve dans l'abstract des mots et des idées qui rejoignent ce que je vis et essaye de penser, dans mon coin, sans interlocuteur avec qui partager mes réflexions. Je n'assiste pas à la rencontre mais ferai une demande à Richard de faire mon stage de DESS de psychologie clinique avec lui (aujourd'hui master 2), au club de prévention où il intervient. J'assiste à quelques séances de psychoboxe et assez vite il me propose ou je demande (je ne sais plus) de faire une séance pour moi.

Séance qui sera suivie de nombreuses séances sur plusieurs années, pour rester en vie, ne pas devenir folle, « rendre à César ce qui est à César », quand la violence déposée en moi me déborde.

A ce moment-là, je suis en analyse depuis deux ans et la violence, le ravage et la folie familiale font déjà l'objet de la grande majorité des séances. Je peux nommer les souvenirs, les affects, les représentations... et être entendue. Très vite, on repère avec Richard qu'il n'y a pas grand-chose de neuf qui émerge pour moi en psychoboxe, que le matériel est déjà là et la possibilité de dire aussi.

Et pourtant les séances de psychoboxe ont une place essentielle, voire « vitale » à certains moments pour moi.

Qu'est ce qui se joue alors de si particulier, de différent, et pourtant de si « complémentaire » avec l'analyse ?

Ce qui me vient là en tout premier lieu, c'est la possibilité d'un « en même temps ».

Même si le dispositif prévoit un certain découpage de la séance, (temps de parole à trois, qui peut durer 4/5 minutes comme 30/40 mn voire plus, suivi – ou non – d'un ou deux combats, pendant lesquels en général peu de paroles sont échangées même si ce n'est pas interdit ; après chaque combat, un nouveau temps d'élaboration collective où psychoboxant et psychoboxeurs mettent en circulation leurs éprouvés, ressentis, idées) le cadre donne une quasi-simultanéité entre la possibilité d'éprouver les tensions au ras du corps, d'être traversé (ou non) par des représentations, des affects, et la possibilité d'en parler.

Donner corps à ce qui est dit ou plus précisément pouvoir corporiser les mots, pouvoir les lester du poids des coups portés et reçus, dans une adresse, à un Otre qui accueille, reçoit, entend, supporte et accepte d'être avec le psychoboxant dans cette part glauque de son existence. Sans vouloir l'en sortir trop vite, sans minimiser ou édulcorer la sale affaire.

Cet « en même temps » est pour moi un des points centraux de la psychoboxe, là où les éprouvés (liés à la colère, la haine par ex...) ne peuvent justement pas s'éprouver de la même façon sur un divan, et risquent de rester en rade. Ce dispositif permet le nouage dans un même espace-temps de ces différentes dimensions, qui ailleurs sont plus cloisonnées.

Paroles là où, avec, par la violence, tout est diffracté. Le dispositif, avec, par et/ou malgré les coups, rassemble les morceaux épars, redonne une unité (imaginaire mais nécessaire), permettant de se tenir autrement.

Cette familiarité avec la violence, – avec une certaine forme de violence et la question de la destruction de l'autre, de la banalité du mal... au point qu'à certains moments pas grand-chose ne m'étonne – cette familiarité donc, qui m'a façonnée, marquée, à vie, a très nettement marqué aussi mes choix professionnels : 30 ans de circulation en prison après des études de droit, psychologue en Csapa ; depuis 12 ans directrice de l'association Visa-Vie – de la violence individuelle subie ou agie à la vie – qui 1) accueille des personnes pour de la psychoboxe, 2) reçoit dans le cadre de placements des jeunes (plus particulièrement des « incasables » aujourd'hui dits jeunes à situation complexe), confiés par les services d'Aide sociale à l'Enfance.

Si mon expérience de la violence a orienté nombre de mes choix personnels et professionnels, la psychoboxe a quant à elle, donné une couleur particulière me semble-t-il à ma pratique analytique, mais cette dernière, et plus globalement mon

rapport à une certaine psychanalyse teinte en retour ma pratique de la psychoboxe. Tant lors de séances individuelles que dans les propositions de formation que je peux soutenir. Pour moi les deux sont très liées, se nourrissent et s'enrichissent mutuellement.

Par certains côtés, je ne fais pas de grandes différences. Certes, et c'est évident, avec la psychoboxe nous ne sommes pas dans le cadre de la cure type (qu'elle soit freudienne ou lacanienne...). Les corps sont convoqués autrement, les corps se mêlent dans un combat, le toucher est là, la place du regard prend de l'importance, notamment de par la présence (de celui/celle qu'on nomme, c'est selon, celui qui prend soin du psychoboxant, ou garant du cadre, ou observateur). J'interviens plus en séance de psychoboxe qu'en analyse (cf. le texte de Freud *Constructions dans l'analyse*, 1937) ... mais dans le fond, ma façon d'écouter et d'y être est la même.

Ceci étant, la psychoboxe est plus à même d'accueillir les effets morcelants de la violence, et de traiter des pans d'histoire retranchés et non refoulés, pour reprendre les termes de Françoise Davoine. Et de par son engagement possible dans un combat « en remontant les manches », en relevant le gant et allant au contact, l'analyste signe « concrètement » et non seulement en parole qu'il s'engage à être là, pour l'autre, à ses côtés, dans la proximité du combat et du risque.

Depuis un peu plus de 25 ans maintenant je pratique la psychoboxe « type ». Cela a, à n'en pas douter, élargi mon écoute, notamment avec les personnes, en délicatesse d'une façon ou d'une autre avec la violence mais à qui la psychoboxe, pour diverses raisons ne peut être proposée, ou qui la refusent.

Engager une démarche de psychoboxe nécessite en effet comme préalable un minimum « de demande », d'envie que quelque chose change pour soi, en soi, quel qu'en soit le motif. Tout le monde n'y est pas prêt, même quand l'indication semble bonne.

Soit parce que cogner (ou subir) « c'est normal », et ça ne préoccupe que l'entourage (la famille, les institutions...).

Soit parce que la psychoboxe convoque de s'approcher de zones sombres, souvent nauséabondes, parfois traumatisantes et risque de ramener de mauvais souvenirs qu'il vaut mieux tenter de tenir à distance, même si c'est souvent en vain. Pour certains effectivement, la psychoboxe peut-être trop violente car trop directe, soulignant trop ce qui est arrivé et qui tente d'être mis de côté – sans succès. Jeunes ou moins jeunes, à fleur de peau, voire écorchés vifs qui ne veulent surtout pas que l'on s'approche de ce qui fait mal.

Cette image d'écorché vif m'est venue alors que je recevais un enfant de 11 ans dans le cadre de la psychoboxe, où plutôt alors que je tentais de lui proposer une autre modalité de rencontre, la psychoboxe étant pour lui beaucoup trop directe,

frontale, violente. Il m'imposait un déplacement, un renoncement, pour essayer de le rejoindre encore autrement. Tout mouvement, tout mot, toute parole était de trop, quand il percevait qu'on risquait de s'approcher de son aire de catastrophe. Et l'image d'un grand brûlé ou d'un grand blessé m'est venue... Comment les approche-t-on, les touche-t-on, pour les soigner, greffer une nouvelle peau, éviter la gangrène ? Comment penser/panser la brûlure du Réel ?

Dans un livre « l'écriture ou la vie », Jorge Semprun, rescapé de Buchenwald écrit : « Grâce à Lorène, j'étais revenu dans la vie. C'est-à-dire dans l'oubli : la vie était à ce prix. Oubli délibéré, systématique de l'expérience du camp. Oubli de l'écriture aussi. Il n'était pas question, en effet, d'écrire quoique ce fût d'autre. Il aurait été dérisoire, peut-être même ignoble, d'écrire n'importe quoi en contournant cette expérience. Il me fallait choisir entre l'écriture et la vie, j'avais choisi celle-ci. J'avais choisi une longue cure d'aphasie, d'amnésie délibérée, pour survivre ». Et quand l'oubli n'est pas possible, il faut revoiler plutôt que dévoiler.

Ne pas s'approcher – trop, trop vite – des zones de catastrophe, respecter les voies singulières de chacun pour survivre, mais ne pas les abandonner en attendant la demande ! Être là, en corps, témoin, dans une présence ténue, dénudée de tout savoir. Mais y être. Et inventer d'autres propositions, tendre d'autres fils, fabriquer des bribes de relation, quand même, qui laissent des traces...

Je pense à une analysante terrorisée par toute conflictualité, avec qui j'avais toutefois évoqué la psychoboxe, et qui un peu plus tard, avait pu dire qu'elle ne voulait pas, mais que le simple fait de pouvoir s'imaginer donner un coup avait levé un certain nombre de blocages et lui ouvrait quelques possibilités de changement.

Je pense aux jeunes avec lesquels je travaille à Visa-Vie, qui n'ont à peu près aucun questionnement sur leurs « agissements » dits violents... et aucune velléité à les remettre en cause. « C'est normal » ! Comment accueillir leurs débordements, leurs explosions volcaniques, leurs vociférations « pas très polies », souvent ordurières...

Ne pas en avoir peur, ne pas en être inquiété, c'est laisser entendre que l'on supporte que l'autre puisse en déposer un petit peu et qu'en face, ça tient.

Non seulement ma pratique de la psychoboxe, l'expérience des débordements dont on revient, le repérage des mouvements du corps, d'une écoute au ras du corps, d'un corps qui se raidit, d'un regard qui change et qui indique qu'il ne faut pas pousser l'autre dans ses retranchements sauf à vouloir se faire exploser la tronche, dictent ma conduite, me donne une « facilité » pour cela, mais souvent j'ai l'impression de faire des combats avec eux, sans même qu'ils le sachent. Je repère à certains moments que mes façons de réagir, de dire, et ce que je dis ou

fait sont « pensés » comme un combat pour l'autre : je m'approche, je déborde un peu, beaucoup, par la parole, le regard, la proximité physique ...ou au contraire je le laisse venir, j'accepte et accueille juste les cris, les injures, les menaces de coups, pour qu'il puisse les déposer en moi et que mon appareil psychique lui serve de pare-excitation voire fasse un travail de nouage que lui ne peut faire...

Il m'est arrivé aussi de venir psychoboxer moi-même, pour l'autre. Quand la violence de l'autre est telle que je n'arrive plus à penser, à saisir les enjeux, ou que je perde en disponibilité intérieure et donc en possibilité de l'accueillir, l'aborder/la border, la transformer. Combat particulier, puisque je viens psychoboxer mais pour un autre à travers moi, donc à partir de l'autre et des effets en moi de ce qu'il dépose. Ces combats ont toujours eu des effets non seulement pour moi, mais pour l'autre aussi, sans que je lui en dise quelque chose.

Ce que m'a permis et appris la psychoboxe c'est à faire un peu autrement avec la violence qui violente avant tout l'individu qui l'héberge (de gré ou de force), qui en est « possédé » ou traversé et d'entendre un peu plus, ou du moins autrement, ce qui se joue pour ceux qui viennent essayer de s'en dégager quelque peu. A travers des séances « types » ou autrement. Ce que m'a appris la psychoboxe ce n'est pas seulement la pratique en elle-même, mais ce qu'elle a mis en mouvement chez moi et l'importance d'une écoute au ras du corps parfois. Ecoute en corps, écoute du corps, façon d'être là dans une certaine « épaisseur », « consistance », indiquant une présence à l'autre qui serait disponible à recevoir, ces fragments de corps, d'affects qui errent sans pouvoir trouver où se poser, s'arrimer, sans trouver où s'ancrer, comment s'ancrer ?

Sonia Weber