

Le corps conscient du Dr Olivier Vuagniaux : un manifeste pas comme les autres

« Tout est dans le mental », « tout se passe dans la tête ». Ce sont-là des phrases qui se disent très fréquemment en Occident. De nombreux grands sportifs s'accordent sur la suprématie de l'esprit, qui permet de dépasser les limites du corps. Pourtant, est-ce vraiment pertinent de séparer l'enveloppe corporelle de l'âme ou de la conscience qui l'habite ? Le docteur suisse Olivier Vuagniaux a décidé de s'attaquer à un sujet crucial, qui l'aura passionné toute sa vie. Pendant trois décennies, cet illustre défenseur du corps s'est intéressé à ses réactions et à son rôle, dans le bien-être de ses patients. Hommes et femmes lui ont rendu visite, afin de réparer des maux.

Dans ses deux tomes du Corps Conscient, l'auteur a donné un titre évocateur à chacun d'entre eux : corps à cœur et la voie du corps. Aussitôt, le lecteur peut entrapercevoir le ton général de ces écrits hybrides. Si le créateur lui-même considère son œuvre comme un manifeste, il peut également se présenter sous la forme d'essai où la science, la philosophie et même la littérature fondatrice s'invitent. La psychiatrie et la psychologie ne sont

pas des sciences exactes, mais ce trait d'une discipline n'a jamais déterminé sa légitimité. Contrairement aux mathématiques, la médecine de la conscience et la perception du soi change. Elle évolue en fonction du progrès social, se diversifie, ne demande qu'à creuser. Il n'y a qu'à observer l'immense différence entre les élites de la psychanalyse de Freud et l'actualité... Mais alors qu'est-ce que cherche à démontrer le Dr Vuagniaux dans ces livres épais ?



Tout d'abord, les amateurs et amatrices de récits inspirés de faits réels vont particulièrement apprécier ces textes. Rédigé dans un style concis et direct, parfois même poétique (ce qui est surprenant dans un ouvrage de ce genre), le premier se consacre surtout et avant tout à un geste, celui de poser la main sur le ventre. Cela peut concerner celle de celle du patient, mais aussi de celle du thérapeute, qui la manipule. Cette action entraîne de grandes conséquences, modifiant totalement le déroulé d'une séance. En réalité, le premier tome Corps à Cœur dévoile la poupée russe intérieure de son patient, en exploitant la pression de la peau et des organes. Au fil de ses rencontres avec les personnes qui consultent, le docteur aborde différentes thématiques qui toucheront de

nombreuses cibles. Cela peut concerner la sensation de vide, la boulimie, les rêves et cauchemars d'abandons. Les mots sont durs. Certains utilisent des termes alarmants pour se décrire, comme celle qui se prend pour un monstre en recherche d'attention. Selon le psychiatre, il est bon de se rappeler les similitudes entre le sapiens et le chimpanzé : l'être humain n'est jamais seul, il est plusieurs. Il ressemble à son cousin le singe, qui a également besoin de reconnaissance et d'acceptation au sein de son clan. Ce « moi narcissique » n'est pas une tare, c'est une prédisposition génétique. Quant à l'approche du rêve ou du cauchemar, il apporte une vision largement partagée par de nombreux psychothérapeutes concernant l'objet de l'angoisse : « Ton inconscient ou ton Corps te montre ainsi qu'il n'y a rien à craindre de ce personnage, puisqu'il est toi-même. » Très attentif aux termes qu'il utilise, l'auteur s'est aussi armé de l'étymologie et de la précision des mots employés par ses patients, pour pouvoir décortiquer le fond de leurs pensées avec ses fameux « mots à bascule ». Il croit également en la polarité féminine masculine comme cela a été développé par Carl Jung. Chaque individu aurait donc une part de masculin : l'exigence, du féminin, la bonté.

Bien évidemment, cette perception est à prendre avec des pincettes, puisqu'il serait contre-productif de ranger des personnes dans des cases. Chacun évolue entre ces deux phases complémentaires, à la manière du Yin et du Yang zen chinois. En s'aidant de mythes et légendes ainsi que de contes connus ou moins réputés, l'auteur-psy balaie toutes les étapes de la vie : bébé, enfant, adolescent, adulte... Le livre opère une transition vers le second tome tout en douceur, puisque le fond ne change pas. Il y est question de transmission, dans la génétique – des désirs, de la culture et des valeurs. Le psychiatre s'entretient donc avec d'autres patients, en abordant de nouvelles images fascinantes dont celle du trou noir. Force est de constater que les individus qui se présentent au cabinet du Dr Vuagniaux connaissent de réelles améliorations dans la compréhension de leurs traumas. Toujours dans ce rapport au ventre et au corps, à cet espace que nous occupons tous, l'auteur parvient à capter l'attention du lectorat grâce à des tournures de phrases très percutantes. Nombreuses sont les citations qui feront mouche : « (...) le Corps est un espace organique habité par une conscience, le soi corporel. Le mental est un espace psychique habité par une autre conscience, celle du moi psychologique. La fonction essentielle du moi psychologique est d'assurer une réponse positive de l'environnement pour ses besoins d'appartenance et d'identité narcissique construits à partir du regard de l'Autre et de sa place dans l'Univers. » : comme on peut le lire à la page 127 de la Voie du Corps. En définitive, Corps Conscient est un voyage dans la pensée des autres, mais également dans leurs corps. Cette lecture éprouvante mérite d'être aérée. Les adeptes des ouvrages portés sur la psychologie apprécieront particulièrement le soin apporté dans la forme, surtout dans le second tome où l'auteur a même réalisé des schémas explicatifs. Une œuvre complète et intéressante, qui remet en cause l'ordre établi.