



Onirisme et renouvellement de l'identité sexuelle



Rev Med Suisse 2011; 7: 659-64

M. Stauffacher

Dr Maurice Stauffacher
Rue Centrale 5
1003 Lausanne
cestms@bluewin.ch

Onirism, a renewal of sexual identity

Unity in complementarities of genders represents an almost universal sexual fantasy between man and woman, hardly ever object of scientific discussion. In line with tradition, medical education loses indeed insight into the evolutionary nature of sexuality. Sexologists do actually stress the importance of the struggle for pleasure in the healing processes, but too often neglect the nocturnal and the subconscious mind. An «avant-garde» medical approach, based on medical onirologie, could develop a critical approach to overidealization and promote multiple «erotic mind-body experiences», i.e. sources of renewed identities.

L'unité dans la complémentarité du masculin et du féminin représente un fantasme sexuel universel rarement discuté. Epousant la tradition, la formation médicale actuelle perd de vue le caractère évolutif de la sexualité. Le sexologue affirme l'importance de la quête de plaisir pour le processus de guérison, mais néglige trop souvent la participation nocturne et inconsciente. Un point de vue médical avant-gardiste pourrait s'appuyer sur l'onirologie médicale et développer une approche critique vis-à-vis d'affirmations trop idéalisantes. Nous pourrions ainsi promouvoir des vécus psycho-corporels érotiques multiples, source d'identité renouvelée.

En décembre 1499 paraissait à Venise un ouvrage richement illustré (figure 1), écrit dans un style bizarre, composé à dessein dans un mélange de langues difficilement accessible. «Hypnerotomachia Poliphili»: combat d'amour en songe.¹ En précurseur de la sexologie moderne Francesco Colonna raconte l'histoire de Poliphile; un jeune homme qui échoue à émouvoir sa bien-aimée Polia. La timidité, l'impuissance passagère, l'éjaculation précoce, on ne sait. Il sombre dans la mélancolie et le sommeil, pour expérimenter, dans une suite de rêves, une meilleure perception de son corps et de son identité, ainsi qu'une disponibilité sexuelle accrue. Le lendemain, ses initiatives sont couronnées de succès.

Il s'agirait d'un récit initiatique dans lequel un homme acquiert une identité masculine solide en prenant la mesure de la complémentarité du masculin et du féminin. La thèse nous est devenue familière. Cependant, il s'agit d'analyser ce lieu commun à la lumière des découvertes actuelles.

Nos conclusions pourraient surprendre.

RÊVE ET SEXUALITÉ

Bravant l'opprobre, la recherche médicale a fini par s'intéresser à toutes sortes d'expériences mal vues autrefois. La neuro-imagerie a permis de donner les bases physiologiques au sentiment de «présence» mystique,² pour constater que celles qui les vivaient, bénéficiaient peut-être d'un potentiel érotique plus développé. On s'est mis à étudier les états intermédiaires entre la veille et le sommeil; en particulier la lucidité dans les rêves³ et les états hypnoïdes⁴ (figure 2). Finalement, ces rêves que l'on pensait avoir «casés» dans le REM *sleep*, débordent de partout grâce à leur liberté hypnopompique. Ils retrouvent ainsi le statut d'état intermédiaire⁵ que leur avait attribué Goblot^a à la fin du XIX^e siècle: «un rêve, c'est un réveil qui commence». Affirmation toujours sujette à controverses.⁶

La surprise pour le sexologue vient de ce que ces états de conscience (figure 3) sont impliqués dans la modulation du plaisir et de la douleur: la pratique orgasmique, l'érotisme et le désir. Selon notre schéma euristique, il s'agit d'«états modifiés de conscience» qui peuvent être à l'origine, comme nous le verrons, d'un renouvellement identitaire. On découvrira alors que chaque rêve, mais aussi chaque acte sexuel, contient la possibilité d'«états de masculinité ou de féminité modifiés».

a Edmond Goblot (1858-1935) logicien français. Cité par Freud dans la *Traumdeutung*.



Figure 1. Un exemple des illustrations du Songe de Poliphile

«Devant lui sept nymphes étaient métamorphosées en arbres au moment où elles enlaçaient une danse légère». Le passage de légèreté à la rigidité, suggère le «spasme vénérien» et la régression de l'identité qui l'accompagne.

L'«expansion de soi», quant à elle, n'est pas toujours au rendez-vous, au vu de l'angoisse et de la culpabilité.

L'IDENTITÉ, CELLE QUE NOUS RETROUVONS TOUS LES MATINS, NOUS DISPENSE DE NOUS RÉINVENTER CHAQUE JOUR

Conscience de soi et identité sont ici synonymes. Dans les périodes stables, nous sommes heureux, dès l'aurore, de «faire des pas admirables dans les pas de notre raison» comme le dit le poète Paul Valéry. Sur le plan sexuel malheureusement, il arrive que cette identité devienne incapable de se renouveler et se transforme en omières, source de pathologie.

Au XIX^e siècle, le mot «sexualité» est apparu dans la littérature médicale. Il ne désignait pas les relations tendres et chastes des époux en vue de la procréation, mais les excès passionnés de la chair. Depuis, le discours médical tire parti de l'existence d'un corps sexué, celui que l'on enseigne à la faculté de médecine. Cependant, la construction de la différence des sexes apparaît aux yeux des anthropologues sans relation nécessaire avec la reproduction. On nous fera remarquer que le fait anatomique n'existe pas en lui-même, sinon par l'interprétation que l'on en donne «Un grand nombre de sociétés humaines ont pu constituer la distinction de sexe sans se référer aux catégories génériques de l'homme et de la femme». ⁷ Contrairement à la modernité, on ne saurait être un homme ou une femme «en soi», il n'y aurait pas de catégories universelles du Masculin et du Féminin. ^b

Un examen plus poussé des phénomènes oniriques pourrait réconcilier le médecin et le sociologue. Le corps sexué est perçu alternativement à l'état de veille et dans l'intimité du sommeil. ⁸ En phase de réveil, la nature rejoint la culture sous la forme d'une «socialisation onirique». ⁹ Ce qui fonde le rêve ou l'imaginaire comme processus figuratif

b Dans nombre de discours anthropologiques, on assiste à une déssexualisation surprenante. Pour Levi Strauss, la femme donne lieu à l'échange, au même titre que les mots et les marchandises. Tout se situerait dans le «fait social» structuré par l'interlocution.
c Ondine était une nymphe aquatique.

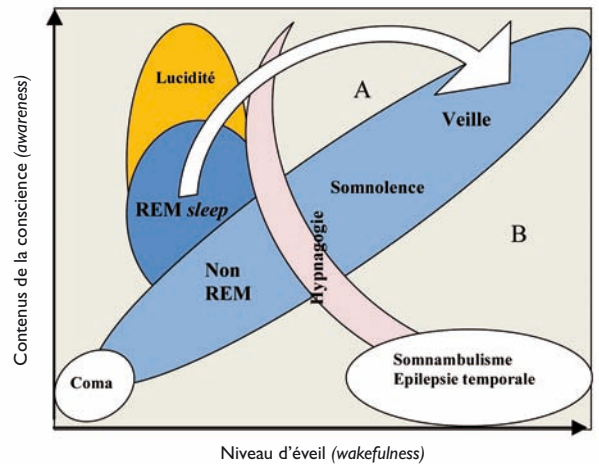


Figure 2. L'onirisme et ses rapports avec divers états de conscience¹⁶

- L'état de veille est la résultante de deux processus distincts :
 1. l'éveil, lié au système ARAS (*Ascending Reticular Activating System*)
 2. la vigilance ou éveil de la conscience, lié à la connectivité corticale.
- Physiologiquement, il existe une corrélation positive et proportionnelle (en bleu clair) entre ces deux processus. Ce qui réalise jusque dans l'état de veille l'équilibre narcissique entre excitation et inhibition (*mindfulness*).
- Fait exception le REM sleep, qui développe le paradoxe d'une activation corticale importante alors que le niveau d'éveil reste bas.
- L'éloignement de l'équilibre se fait sous l'influence de facteurs internes ou externes, pathologiques ou non. Par exemple, les apnées du sommeil provoquent le somnambulisme (déplacement vers la droite). L'entraînement rend possible la lucidité dans les rêves (déplacement vers le haut).

Au schéma de Laureys (2005), j'ai ajouté :

- Le croissant «Hypnagogie» permet de situer les phénomènes hallucinatoires et myocloniques qui apparaissent à l'endormissement et au réveil.
- Les états modifiés de conscience représentent un ensemble de conditions métastables: comme par exemple l'hypnose. En A, la rêverie, le rêve éveillé. En B, les rituels de transe et de possession.
- La flèche blanche décrit le rêve comme un phénomène de réveil. L'onirisme apparaît comme une coproduction des diverses zones traversées. Il s'agit donc d'un remaniement conflictuel de la «matière première» issue du REM.

à partir des choses les plus heurtées de l'existence. L'onirisme met en scène ses propres processus identitaires. Cela constitue une mise à jour émotionnelle plus ou moins réussie. Le succès final dépend de l'attention que l'on y portera, dans une mise en récit à l'intention d'un tiers réel ou imaginaire.

COMMENT SE FAIT-IL QUE LES RÊVES ÉROTIQUES SOIENT PLUS FRÉQUENTS «IN VIVO» QU'EN LABORATOIRE DU SOMMEIL?

Et pourquoi les femmes ont-elles trois fois moins de rêves érotiques ¹⁰ dans des conditions de réveil spontané (tableau 1)? Cela constitue deux arguments en faveur du rêve comme phénomène de réveil. La congestion des organes sexuels liée au REM voudrait réveiller l'homme en érection. Cela se traduit par une mise en image onirique de plus en plus suggestive, pour tenter de lutter contre un réveil imminent. La perception féminine de la congestion du petit bassin ne requiert pas les mêmes urgences et aboutit à d'autres conséquences: par exemple, sous la forme de rêves «aquatiques», source de l'ondinisme ^c féminin. ¹¹

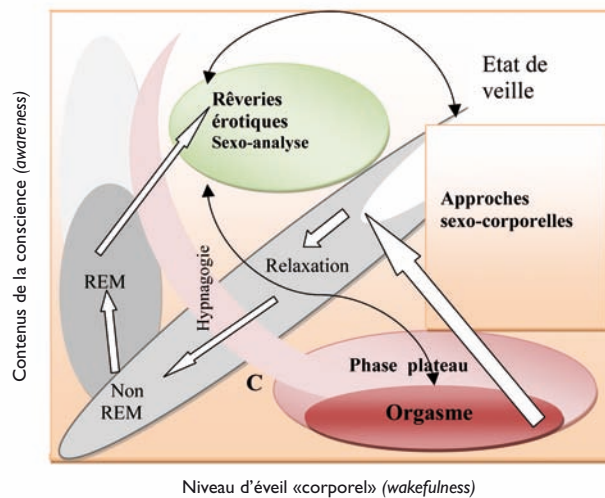


Figure 3. Sexualité et états de conscience, un schéma euristique

En reprenant le schéma précédent, nous avons été tentés de situer les différents états de conscience liés à la sexualité :

- Dans la zone verte, on peut situer les échanges romantiques et les fantasmes érotiques impliquant une fascination identitaire importante.
- En dessous, la phase de plateau et l'orgasme seraient des états régressifs du point de vue de la conscience de soi, accompagnant un éveil important des sens.
- En C les **sexsomnia** : ces parasomnies avec manifestations sexuelles intempestives. N'oublions pas que l'orgasme peut se déclencher dans les phases de sommeil. Une parenté avec le somnambulisme ?
- «Basculer cul par-dessus tête». Les flèches noires décrivent le passage du désir à l'excitation sexuelle,¹⁷ en passant par une phase de relaxation.
- Les flèches blanches décrivent la phase de résolution, le retour à l'équilibre entre excitation et inhibition, la reprise de l'identité et son destin dans le sommeil.

LE RÉVEIL DE L'IDENTITÉ, UNE COPRODUCTION DU JOUR ET DE LA NUIT ?

Une évolution comparable à celle de Poliphile se retrouve (figure 3) chez nos jeunes gens qui paressent au lit les «lendemain d'hier». L'alcool, la danse préparent la disponibilité sexuelle. Suivent les baisers volés, les échecs. La mémoire dopaminergique ; du grain à moulin pour le sommeil non-REM.¹² Puis viennent des phases de sommeil paradoxal de plus en plus longues. Les paradis artificiels de l'acétylcholine ; l'intimité des émotions passées.¹³ Aussi le *wash out* des récepteurs aminergiques qui préparent le lendemain. Le mélange de l'excitation sexuelle et de l'oubli. Un oubli abyssal, si important pour tout renouvellement. Ainsi, nous n'avons aucune idée de l'étendue des processus de liaison et de déliaison à l'œuvre dans l'Inconscient. Et le jour se lève imprégné d'hormones sexuelles. Rêves, rêveries, masturbation. La conscience ne sait pas encore qu'elle vient de recevoir un cadeau. C'est dans ce mélange que se constituent de nouvelles définitions de notre identité.

Sur le plan sexologique, on assiste donc à l'émergence

^d Y remédier? Pour réduire le besoin de surenchère, et de dopage sexuel, nous pouvons proposer un changement des habitudes du sommeil.

Tableau 1. Le contenu des rêves selon le sexe

Variables	Hommes (N=500)	Femmes (N=500)
• A l'extérieur de la maison	52%	39%
• Proportion masculine des figurants du rêve	67%	48%
• Inconnus	55%	42%
• Proportion des violences physiques/toutes agressions	50%	34%
• Sexualité dans les rêves	11,6	3,6
• Objets dans les rêves		
Articles ménagers	8,1%	10,5%
Armes	3,0%	0,8%
Vêtements	5,7%	10,2%
• Emotions nommées explicitement	0,48%	0,7%
• Nombre de figurants du rêve	2,2%	2,7%

(Selon Hall et Van de Castle, 1966).¹⁰ Des études plus récentes suggèrent que les différences observées sont aussi corrélées à l'âge et seraient induites par une «socialisation onirique», qui allie nature et culture.⁹

de véritables «formules de l'excitation». On peut en observer l'émergence au travers des images du rêve et des fantasmes masturbatoires. Ces rituels incarnent notre identité au-delà de ce que nous souhaiterions, selon un processus pas très éloigné de ce que l'on voit dans les paraphilies. Il s'agit de formules presque immuables auxquelles le sujet aura recours sans se lasser.^d

DEUX EXEMPLES CLINIQUES

- Abandonné par son ami, un patient vit un deuil inéluctable qui paralyse la psychothérapie par des regrets sans fin. Il ne rêve plus depuis longtemps. Il se décide enfin à rompre son abstinence en louant un «mauvais garçon». Dans la nuit, le corps épuisé par le plaisir, il se voit en rêve à la poursuite d'une petite fille parcourant des couloirs de plus en plus étroits. On débouche finalement dans une salle de café, la petite fille a disparu, le patient prend un bon repas. C'est à la suite de ce rêve que l'homme découvrira le plaisir anal.
- Une «fille» de l'Est consulte pour un état dysphorique, elle reste à l'écart des clients potentiels. Elle doit rapidement changer d'état d'esprit si elle veut rentabiliser son séjour. Dans la séance d'hypnose qui suit, elle retrouve un rêve: elle voit son appartement à Bucarest, au-dessus d'un poste de police. Il y a une panne d'électricité. Trois personnages se retrouvent dans sa chambre. Un petit garçon fantomatique pour lequel elle éprouve une indicible tristesse. Une femme noire aux cheveux blancs la regarde avec haine. Un homme d'un certain âge sourit avec résignation. Quand elle fit ce rêve il y a cinq ans, elle avait débuté avec la cocaïne. Juste après, elle prétend avoir arrêté. Maintenant que faire? Elle a honte de la façon dont elle finance ses études de psychologie. Juste avant sa naissance, sa mère pensait qu'elle était enceinte d'un garçon, étant donné le ventre qui pointait. Mais le grand-père mourant avait déclaré «le prénom de l'enfant sera Anne-Marie», nom qu'elle porte. Elle re-



grette de ne pas être née garçon pour entreprendre des études de médecine.

ESSAYONS UN COMMENTAIRE

Dans les deux cas, le rêve et son évocation se sont avérés utiles. Quand nous rêvons, nous multiplions les points de vue dans une vision simultanée. Notre patient serait à la fois la petite fille et l'homme qui la poursuit. Les couloirs symboliseraient l'intimité anale. L'étroitesse du passage est source de plaisir. Demeure la question principale pour l'évolution du patient: qu'est devenue la petite fille du rêve? Quelle nouvelle définition de l'identité annonce-t-elle?

Chez la «jeune fille de bonne famille qui a besoin d'argent», la provenance du fantôme masculin serait plus ambiguë. Il s'agirait du garçon que sa mère souhaitait. L'homme qui se trouve en elle voudrait jouir de la vie. Sous l'influence facilitante de la cocaïne, la prostitution donnerait un semblant d'existence à ce fantôme; vu l'abondance de sensations masculines vécues par procuration. Et l'image de la grand-mère noire aux cheveux blancs? Ce pourrait être elle-même qui se contemple au-delà des années, avec haine.

LOIN DES SYSTÈMES, UNE PROPOSITION DE RENOUVELLEMENT CLINIQUE

A partir des différences multiples présentes dans la nature, le choix d'une seule Différence prend valeur de système et fonde une culture. La nuit, les processus cognitifs se relâchent et se ressaisissent tour à tour. Pas étonnant que le pluralisme observé dans les rêves fasse le pont entre nature et culture.

La sexologie médicale ne retient trop souvent que la catégorisation bipolaire du masculin et du féminin; qui prend ainsi la valeur d'un fantasme sexuel dominant. On ne déroge cependant pas impunément au concept de *puissance*. Le bien-être psychosocial consiste encore et toujours à se comporter suivant notre sexe biologique, en se conformant socialement à ce que l'on attend du genre auquel on appartient.

Devrions-nous suivre les historiens de la sexualité qui nous oppose le concept d'une *altération*¹⁴ non spécifique du genre humain?^e Ce qui impliquerait un abord très différent de la sexualité et de son vécu psychocorporel (tableau 2)?

Comme nous l'avons vu, cette «altération» apparaît très largement dans les rêves.^f Est-ce la raison pour laquelle beaucoup de femmes développent leur érotisme dans le cadre d'une altération non systématisée du genre? De nombreux hommes aussi, dont on soulignerait abusivement «la féminité» ou «l'inversion». Nous nous trouvons devant une forme d'érotisme plus large; celui que chantait le roman courtois. L'amour au féminin, «la fin'amor», comme le disait le bonheur de la langue d'Oc.

Tableau 2. Une altération non systématisée du genre peut être diagnostiquée quand il existe au moins quatre des critères ci-dessus
(Adapté d'après Boehringer¹⁴).

1. Une tension amoureuse et érotique sans nécessairement de relation physique consommée
2. Une illisibilité sociale du fait d'une indifférenciation des partenaires
3. Une altération du genre non systématisée, ni formulée sur un mode actif/passif
4. Un investissement physique important sans polarisation érotique reconnue et sans inscription sociale
5. Un imaginaire essentiellement discursif: centré sur le discours amoureux; non figuré, ni incarné par des personnes. Selon la formule «l'amour pour l'amour»

Il serait intéressant d'étudier sur le plan clinique les avantages d'introduire une telle distinction. Hommes et femmes, il semble que l'on a qualifié trop souvent ces personnes d'immatures, d'hystériques, de prégénitaux.

«Et la nuit, belle nuit, et la lune qui luit...»

Charles Trenet

Interpellés par cette conjonction entre Histoire et Rêve, il nous fallait évoquer la présence de la nuit, qui projette son ombre sur les processus physiologiques de l'humanité. Nous nous sommes inspirés du projet du professeur G. Abraham de poser les bases d'une onirologie médicale. L'efficacité sexologique viendrait de ce que le rêve «zoom» sur les vécus psychocorporels qui posent problèmes. Ce qui permettrait un travail de l'identité, grâce aux formes multiples que l'on se donne à soi-même et aux choses les plus heurtées de l'existence. L'écrivain Pessoa disait «je me suis créé en écho et abîme. Je me suis multiplié en m'approfondissant».¹⁵ Ce sera aussi une invite à la tolérance, contenue dans les noms mêmes de Poliphile et de Polia. Amour de la multiplicité. ■

Implications pratiques

- > Toute investigation sexologique devrait comporter un volet nocturne
- > Ce qui implique les questions: Est-ce que vous rêvez? Où est-ce que vous vous endormez? Les rituels de réveil, les rituels d'endormissement (masturbation)? A quel moment votre conjoint s'endort?
- > Ce serait une erreur d'interpréter l'apparition des enfants dans les rêves comme l'expression de tendances pédophiliques. Demandez plutôt: qu'est-ce que cela annonce pour votre évolution?
- > De la consultation de couple, investiguer le type d'altération du genre des deux conjoints. S'agit-il d'un érotisme centré sur la pénétration? S'agit-il d'une altération non spécifique du genre?
- > Ne pas faire de la Masculinité ou de la Féminité un idéal que nos patients devraient atteindre pour leur épanouissement sexuel
- > Pour le *monitoring* de l'évolution thérapeutique, se baser sur l'évolution des rêves

e Nous en discutons à partir du livre récemment paru de Sandra Boehringer «l'homosexualité féminine dans l'Antiquité grecque et romaine». Dans ses conclusions, l'auteur essaye de dépasser l'opposition homosexualité/hétérosexualité en posant la question plus fondamentale des différents types d'altération auquel nous confronte le genre humain.

f Ce qui n'empêche pas l'émergence indubitable de rêves de Masculinité ou de Féminité renforcée.⁸



Bibliographie

- 1 * Colonna F. Le discours du songe de Poliphile. Monaco: Imprimerie Nationale de Monaco, 1955;108.
- 2 Cojan Y, Waber L, Schwartz S, et al. The brain under self-control: Modulation of inhibitory and monitoring cortical networks during hypnotic paralysis. *Neuron* 2009;62:862-75.
- 3 De Ridder D, Van Laere K, Dupont P, Menovsky T, Van de Heyning P. Visualizing out-of-body experience in the brain. *N Engl J Med* 2007;357:1829-33.
- 4 Voss U, Holzmann R, Tuin, I, Allan Hobson A. Lucid dreaming: A state of consciousness with features of both waking and non-lucid dreaming. *Sleep* 2009;32:1191-200.
- 5 ** Tassin P. Pour un neurobiologiste, le rêve naît du réveil. *Psychiatrie Fr* 2007;38:7-41.
- 6 * Guérolé F, Nicolas A. Le rêve est un état hypnotique de la conscience: pour en finir avec l'hypothèse de Goblot et ses avatars contemporains. *Neurophysiologie Clinique* 2010;40:193-9.
- 7 * Théry I. La distinction de sexe. Paris: Odile Jacob, 2007;53.
- 8 ** Abraham G, Vlatkovic D. Sexualité et états de conscience. *Rev Med Suisse* 2009;5:614-7.
- 9 Schredl M. Characteristics and contents of dreams. *Int Rev Neurobiol* 2010;92:135-54.
- 10 Schredl M. Die nächtliche Traumwelt. Eine Einführung in die psychologische Traumforschung. Stuttgart: Kohlhammer, 1999;103.
- 11 Havlelok Ellis. Etudes de psychologie sexuelle. Paris: Cercle du Lire Précieux, 1966 ;165-280.
- 12 Schwartz S. Life goes on in dreams. *Sleep* 2010; 33;59-68.
- 13 Hobson JA. Dreaming an introduction to the science of sleep. New York: Oxford university press, 2002;26-7.
- 14 ** Boehringer S. L'homosexualité féminine dans l'Antiquité grecque et romaine. Paris: Les Belles Lettres, 2007;362.
- 15 Pessoa F. Livro de Deassossego. Lisboa: Ed. Atica, 1982;1:34.
- 16 ** Laureys S. The neural correlate of (un) awareness: lessons from the vegetative state. *Trends Cogn Sci* 2005;9:556-9.
- 17 * Ortigue S, Bianchi-Demicheli F. Interactions entre excitation et désir sexuel: des relations interpersonnelles aux réseaux neuronaux. *Rev Med Suisse* 2007; 3:809-13.

* à lire

** à lire absolument