

# Évaluation du corps Appraisal of the Body

Stanley KELEMAN

Volume 9, Number 2, octobre 1977

Psychologie - Sociologie - Intervention

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/001380ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/001380ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Les Presses de l'Université de Montréal

ISSN

0038-030X (print)

1492-1375 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

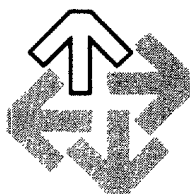
KELEMAN, S. (1977). Évaluation du corps. *Sociologie et sociétés*, 9(2), 68–78.  
<https://doi.org/10.7202/001380ar>

## Article abstract

Evaluation is an art demanding acquired knowledge, open-mindedness, and an attitude conducive to new discoveries. An evaluation must be based on the content and the quality of the relationship between the therapist and the individual consulting him. The author refers to categories of analytical diagnoses only as a field of reference. He sheds new light on our knowledge of the social configuration of the body, of the biological structure of the organism in relation to others, and of its ability to contain sensations and emotions in a situation within a process of social and organic development.

---

# Évaluation du corps



STANLEY KELEMAN\*

---

Une bonne manière de débiter, avant de faire quoi que ce soit, serait de vous poser les questions suivantes : « Quelle espèce d'expérience avez-vous de l'autre personne ? Qui est-elle ? Comment se sent-elle ? Comment vous sentez-vous avec elle ? » Les réponses à ces questions vous fourniront des informations précieuses sur ce qui se passe et ce n'est qu'à ce moment-là que commencera à se dessiner une Gestalt de cette personne. Cette Gestalt dépendra du genre de connaissance que vous avez déjà. Par connaissances j'entends l'acquisition d'une certaine expérience des niveaux du corps humain, du tonus musculaire et de la structure de l'ossature. Si vous croyez réellement posséder intuitivement des pouvoirs de clairvoyance sur le comportement d'une personne, et que cela vous suffise, vous êtes, selon moi, insensés, et vous ne vous sentirez sûrement pas concernés par les propos qui suivent.

---

\* Note de la rédaction. Il nous a semblé pertinent d'inclure dans ce numéro un article de Keleman qui introduit, dans ses analyses du corps, des notions comme celles de « contexte sociologique », « univers privé et public », « formes sociales » (« Observez un corps, c'est tenir compte des formes sociales que les enfants et adultes adoptent pour créer une image que les autres trouveront acceptable... »). Le lecteur devra garder en mémoire que ce texte est un extrait d'une conférence devant un auditoire déjà très au courant des diverses autres théories auxquelles il fait référence. Nous sommes heureux de présenter, pour la première fois en langue française un texte de Keleman. — Traduction : Anne Brazeau-Morissette.

En premier lieu, vous regardez la personne devant vous : elle est dévêtue, nue : vous découvrez l'âme de cette personne, l'histoire de toute sa vie accumulée jusqu'à ce jour : cette Gestalt et cette interaction entre vous et la personne que vous voulez évaluer sont les deux points de départ de l'évaluation. Vous ne devez pas nécessairement être médecin, cependant vous devez très bien savoir ce qui se passe ; aussi votre intuition vous amènera à agir avec réalisme.

L'utilisation stéréotypée des catégories de diagnostics présente des difficultés et certains dangers si vous les utilisez comme modèles d'identification ; vous amenez alors la personne à devenir une de ces catégories plutôt que de vous en servir comme champs de référence.

Lorsque vous regardez quelqu'un, que vous voyez son corps, vous découvrez aussi la capacité de cette personne à se révéler autant que votre habilité à la percevoir ; vous découvrez le fonctionnement de son intelligence, pas nécessairement sur un mode analytique, mais dans la manière qu'elle a choisie d'être en vie et de maintenir sa vitalité. Voilà ce que vous percevez en procédant ainsi. Ce n'est pas quelque chose à prendre à la légère.

Vous observez aussi l'interaction entre sa configuration génétique et son processus de développement, celui-ci étant d'ailleurs conditionné par les contextes sociologiques. Nous voyons les rapports entre l'expansion biologique et la forme qui résulte de l'inhibition sociologique ; nous croyons que ces compromis révèlent l'intelligence et l'habilité d'une personne. Ce sont ces compromis qui sont vécus tous en même temps et de façon non verbale qui permettent à une personne de maintenir une vitalité pleinement satisfaisante. De mon point de vue, il est important de comprendre qu'évaluer une personne constitue un art : en ce sens qu'à la connaissance déjà acquise du processus de vie puissent s'ajouter des découvertes inattendues. Si vous observez la posture de quelqu'un, et que vous ne l'évaluez qu'en fonction d'un modèle stéréotypé de personnalité, vous ne faites rien de mieux que ce que faisait Adolphe Hitler lorsqu'il catégorisait les peuples en fonction de leur rentabilité politique. Il est absolument ridicule d'observer le fonctionnement de quelqu'un, de déterminer tout de suite comment cette personne a développé son sens de la gravité, d'en conclure que sa relation au sol est déficiente et d'y apposer une étiquette de type oral, anal ou masochiste.

Ce qu'il importe d'observer est plutôt l'expression de ce fonctionnement. Une évaluation valide doit tenir compte de ce qu'une personne révèle de son fonctionnement. Ce qui importe n'est pas de conclure qu'une personne est détachée de son centre de gravité, mais qu'elle est peut-être, par exemple, une personne très inhibée, qui fut trop protégée ou qui fut dominée, et dont le processus d'estime de soi est tel qu'elle a dû se retirer du monde. L'évaluation ne porte pas tant sur l'effondrement de son centre de gravité que sur la manifestation de sa manière de fonctionner. C'est cette manière de fonctionner qui pourra être modifiée.

Ceci m'amène à faire appel à deux grandes catégories, très larges, auxquelles nous pourrions nous référer : la *personne intérieure* et la *personne extérieure*. Les sentiments internes, les visions, les images venant directement du psyché, les pulsions et les tremblements, bref l'état subjectif de la personne, voilà ce qui constitue la personne intérieure. Tandis que l'autre catégorie, la

personne extérieure signale sa manière d'être au monde, ce que sont ses désirs et sa manière de les manifester en interagissant avec les gens.

Vous observez donc la nature du désir et les moyens accessibles pour arriver à les combler. Si je m'exprime ainsi, ce n'est pas pour postuler qu'une certaine entité habite le corps tôt après la naissance et le dirige comme un gros ordinateur, c'est simplement pour décrire un processus à plusieurs niveaux de conscience et plusieurs modes de fonctionnements internes et externes. La manière dont l'intelligence s'organise en termes d'expression et de coordination devient une autre façon d'évaluer quelqu'un.

En d'autres termes, que sentent les gens ? Que disent-ils qu'ils ressentent ? Comment se fait-il qu'ils expriment telle chose d'eux-mêmes ? Quels sont les sujets de leurs rêves et comment s'y prennent-ils pour obtenir ou non cette chose ? Ou bien à un autre niveau, celui de la respiration : quelle est la relation entre la respiration et la sensation de quelqu'un et sa manière de respirer et de s'exprimer socialement ? C'est-à-dire quelle est la relation entre l'univers privé et le monde public de quelqu'un ? Ceux qui étudient le système respiratoire savent que les gens respirent différemment dans leur chambre à coucher et dans la rue. Ils ne respirent certainement pas de la même manière en faisant une promenade qu'en affrontant une foule. Nous devons composer avec ces extrêmes qui sont en relation continue entre le monde privé et le monde public, entre le monde subjectif, comprenant les visions, les désirs, les tremblements (*streamings*) et les pulsations, et l'univers social dit objectif où la satisfaction est recherchée dans l'expression. Ainsi vous vous retrouvez devant quatre paramètres : la relation entre le privé et le public et la relation entre les sentiments qu'une personne a d'elle-même et sa manière de les exprimer.

Les données de base sont les *patterns* instinctifs d'extension (*reaching out*), d'apprentissage à la station debout, d'expression de l'agressivité ; ces données de base incluent également les divers types de corps et les types de conditionnements sociologiques qui ont joué : observer un corps c'est tenir compte des formes sociales que les enfants et les adultes adoptent pour créer une image et une apparence que les autres trouveront acceptables. « Ne sois pas agressif, sois gentil, ne te manifeste pas trop au plan physique, sois plus intellectuel. » L'enfant reçoit des centaines de messages, lui demandant de faire quelque chose avec ce qui est inné en lui. Ainsi ce que fera un type ectomorphe pourrait être complètement différent de ce que fera un mésomorphe<sup>1</sup>. Ou bien dans un autre langage : ce qu'un type adrénalien fera pourrait être complètement différent de ce qu'un type thyroïdien fera.

Nous nous en tiendrons aux types sociologiques, pour l'instant, en les énumérant ainsi : le type oral, le schizoïde, le masochiste, l'hystérique, le phallique-agressif. Nous observerons l'organisme et comment il s'est développé dans un contexte sociologique. Nous pourrions aborder la question de la façon suivante : nous nous demanderons s'il réagit à ce contexte d'une façon indépendante, en filant son chemin, en devenant super-agressif, ou bien en étant en lutte constante. Ces réactions résultent presque toujours de fortes pressions sociales.

1. L'auteur se réfère ici aux types classiques de Sheldon.

Je me sers personnellement de la notion de frontière (*bounderies*). À l'intérieur de chacun de ces types sociologiques, il importe d'observer les frontières<sup>2</sup> de quelqu'un; c'est-à-dire : comment une personne fait-elle pour se tenir tout d'une pièce? Devra-t-elle être hyper-rigide pour éviter de tomber en morceaux? Ou bien, peut-elle fonctionner à la manière d'un cœur ou d'un organe imaginaire et simplement se sentir en expansion et en contraction sans devoir s'agripper à elle-même et avoir l'impression d'éclater en morceaux (*fly apart*)? On peut exprimer ceci de façon un peu différente. Ce que nous essayons de comprendre c'est l'expression d'une forme particulière d'une recherche à la fois de la survie et de la satisfaction. Que cette survie ou cette satisfaction soient en termes directement matérialistes (j'ai besoin de manger...) ou qu'elles s'expriment par le besoin de certaines expériences psychologiques particulières ou par le désir de réaliser (*fill*) certaines images intérieures (comme être musicien, ingénieur, poète), dans un cas comme dans l'autre, on trouve alors les simples sensations de ces besoins biologiques immédiats. Ceci ne signifie pas pour autant qu'être poète, musicien, ingénieur ou autre soit non biologique. (...) Dans un sens restreint, un sens hédoniste, la majorité d'entre nous avons appris à expérimenter la vie, mentalement et psychologiquement, non pas biologiquement; nous avons expérimenté notre corps sans trop de plaisir et comme une machine à discipliner (v.g. les athlètes, certains danseurs, etc.). (...)

Il y a plusieurs champs d'expériences. Certains expérimentent la vie émotivement; d'autres, psychologiquement, faisant appel à des images, à un processus ou à des besoins. D'autres enfin vivent à partir de simples sensations corporelles. Les gens sont disposés naturellement à se servir de ces champs d'expériences selon ce qu'ils sont; le type adrénalien a tendance à se servir de ses muscles; le type thyroïdien mettra l'accent sur le système nerveux et le cerveau. En étant attentif à la description qu'une personne fait d'elle-même, à sa manière de s'exprimer ainsi qu'à l'image qu'elle transmet, il est possible de découvrir dans quels champs elle opère ses expériences. Tout ceci est très important sur le plan thérapeutique. Peu importe la méthodologie employée, il arrive un moment où la personne a une difficulté à vous comprendre ou à intégrer les informations reçues parce que ces mêmes informations sont perçues d'une manière fragmentée, avec une trop grande densité et sans limites pour la personne. La plupart des gens ont tendance à définir cette difficulté en termes de blocages, de problèmes, de résistances, de défenses ou de réactions pathologiques plutôt que de les traiter comme un problème de communication. Vous ne pouvez conclure immédiatement qu'une personne a peur de souffrir de telle et telle chose. Elle peut avoir peur de la souffrance, n'avoir aucun moyen ni aucune ressource pour comprendre ou pour se situer. Ainsi la personne qui en temps ordinaire, se réfère aux sensations comme point de repère, étant donné sa manière de se relier au monde extérieur, peut être complètement dépourvue de moyens pour saisir où elle en est, n'ayant aucun accès au monde des images. D'autres personnes, au contraire, sont très confortables dans le monde des images, elles transforment chaque sensation en image et ce faisant, réduisent ces sensations. Il ne s'agit pas d'un problème pathologique mais d'un pro-

2. Frontières : limites physiques, musculaires et respiratoires.

blème de communication interne (*self communication*); elles diront quelque chose comme : « non, je ne vois pas, ou ne peux pas me le représenter ». (...)

Vous pouvez rencontrer des gens qui répondent très littéralement à des images, et tout est tellement littéral et rigide qu'ils sont emprisonnés et dépourvus d'un sens d'expansion de leurs frontières. Ils sont rigides et très corrects. Ils visualisent les formes concrètes et les situations avec nombre détails et ne peuvent acquérir le sens d'un continuum flou et sans frontières.

Le même problème se retrouve sur le plan sexuel. Il y a une distinction très subtile à faire entre les gens qui éprouvent une satisfaction sexuelle à travers certaines images ou en créant une ambiance psychologique et les gens qui éprouvent une satisfaction en investissant dans l'acte même. Il y a aussi un tout autre groupe de gens qui expérimentent à partir des rythmes et des sensations, se reliant au monde différemment des premiers. Lorsque vous abordez les problèmes de dysfonctionnements sexuels, vous devez découvrir dans quel champ d'expérience la personne évolue plutôt que de lui en imposer un autre. Prenons par exemple la typologie de Sheldon : le type ectomorphe, le type mésomorphe et le type endomorphe. Ce sont des catégories générales à utiliser comme point de repère. Le type ectomorphe est grand et mince, grosso modo, son organisation se centre sur le fonctionnement du système nerveux. Fred Astaire en est un exemple parfait : long, mince, doué d'une coordination exceptionnelle dans l'espace. Le genre de danse qu'il exécute vous démontre sa capacité à être en harmonie continuellement avec l'espace. Le type endomorphe est viscéral et, à cet égard, il est complètement à l'opposé du premier. Il a tendance à être court, lourd et est muni d'un large cou épais. Il ne s'organise pas du tout dans l'espace mais dans le temps. Le type endomorphe, à tendance maniaco-dépressive, dont les sentiments balancent d'un extrême à l'autre, n'est pas pour autant pathologique, pas plus que ne l'est le retrait du schizoïde : il se retire pour mieux résoudre une difficulté.

Le type mésomorphe lui, est plutôt musclé. Il procède par l'*acting out*, et par un genre d'hystérie; non pas dans le sens de quelqu'un qui « vire fou », mais de quelqu'un qui résout une difficulté par l'action. C'est un type musculaire d'allure athlétique comme Muhammed Ali; cette athlète représente un archétype de ce genre de structure comprenant des muscles forts et épais; structure que vous ne rencontrerez pas chez le type endomorphe dont les muscles forts et puissants ne sont pas différenciés. Le type ectomorphe à caractère doux, dépasse la norme par sa longueur; ses muscles sont allongés et il semble muni de doubles jointures.

Je ferai appel à ces catégories pour expliciter le mode de pensée de base de ces différents types. L'ectomorphe pense à partir de l'appareil sensoriel en organisant l'espace; le mésomorphe, à travers une activité musculaire; l'endomorphe agit dans le temps animé par ses sentiments. Vous commencez à juger les personnes à partir de ces caractéristiques. Ce qui devient important, ce n'est pas de les faire « rentrer de force » dans ces catégories mais de comprendre quelque chose à leur propos. Il faut également remettre en question les catégories à partir desquelles ces personnes tentent elles-mêmes de se définir. Une autre manière de procéder serait de distinguer entre le type adrénalien, pituitaire et thyroïdien. Ces trois types se réfèrent à une donnée dont hérite l'individu

à sa naissance. Le type adrénalien est court, trapu, au cou épais et aux muscles très forts, possède une intelligence qui porte à l'action (*muscle kind of intelligence*). Il a tendance à être extroverti. Il possède une énergie fantastique, d'une capacité de mobilisation se comparant à celle des grands félins. Ceux-ci sont capables d'une décharge considérable d'énergie suivie de longues périodes d'inactivité. (...)

La personne de ce type a généralement énormément de difficulté à maintenir un niveau constant d'activité; elle a tendance à se retirer et à flâner un peu partout. On la diagnostique souvent comme quasi dépressive mais elle ne l'est pas. Elle a énormément de difficulté à s'imposer une vie de travail ritualisée. Les types pituitairiens ont les membres longs, le torse court, de gros os des muscles plutôt épais. Ils tendent à être poétiques et à exprimer leur pensée par association. Ils présentent leurs idées de façon regroupée (*bunched in packages*) et non de façon linéaire. Il y en a qui sont capables d'être linéaire et de diviser le temps dans une séquence linéaire; A suivi de B suivi de C suivi de D. Tandis que le type pituitairien va retrouver une similarité entre par exemple ABC et QXY. Le lien entre ces deux ensembles n'est pas important à ses yeux : il perçoit des ensembles mais n'en perçoit pas nécessairement les liens.

Les types thyroïdiens sont des gens plutôt minces, étirés et aux traits délicats et sont sans cesse en mouvement. Ils font les délices des thérapeutes : ils ne sont jamais satisfaits; ils sont toujours insatisfaits à un niveau ou à un autre.

Maintenant j'aimerais vous dire quelques mots sur ma manière de regarder une personne. Je regarde le continuum et le processus et la manière de se contenir. Le processus de contenance est la manière dont on s'y prend pour vivre des impulsions, des excitations, des désirs, en tenant compte des limites, des frontières. Se contenir, c'est se permettre de prendre une expansion avec ses désirs tout en trouvant les moyens de les satisfaire : chez un bébé naissant la capacité de tolérance est très mince en comparaison de ses besoins; la relation entre la faim et la satisfaction est presque immédiate. Son habilité à laisser passer un délai est pratiquement inexistante. C'est une manière de dire qu'il ne peut se contenir. Il lui est difficile d'établir des frontières et plus difficile encore de les soutenir. Le corps de la mère ainsi que le contact avec d'autres personnes lui servent de frontières; l'enfant a besoin des parents en situation sociale pour lui servir de frontières. Ce manque de frontières se manifeste par la pâleur de sa peau, la pauvreté de sa coordination neuromusculaire ainsi que par la pauvreté de contrôle de ses impulsions; voilà les premières difficultés de contenance. Il faut absolument les résoudre pendant les premiers mois sans quoi, les problèmes de contenance perdureront. Vous le voyez chez des personnes qui ont particulièrement été privées de grimper et de ramper et qui n'ont pu apprendre à contenir ou à contrôler leurs impulsions locomotrices. La seconde difficulté majeure vient de l'existence de frontières trop épaisses, trop rigides produisant particulièrement les mêmes effets c'est-à-dire de restreindre les mouvements et l'expression. Le premier résout cette difficulté en se vidant, l'autre en se solidifiant. L'énergie, très concentrée s'écoule ou explose en prenant la forme de crises de rage périodiques. Ces rages projetées extérieurement

ment procurent des sensations et sont dues à une incapacité de se contenir. Il s'agit de contenir le processus de formation des frontières ou d'identité, et le processus du développement moteur permettant l'expression des sentiments. Si vous n'accédez pas au premier processus, vous ne pouvez focaliser, et si vous mettez l'accent trop sur vos sensations elles deviennent trop denses et le rétrécissement devient tel, qu'effectivement, vous accomplissez la même tâche que dans le cas premier. La plupart d'entre nous avons expérimenté, à travers les différentes étapes de notre vie, un continuum de croissance, un manque ou un surcroît de frontières, et aussi une certaine contenance. Nous composons constamment avec ce continuum. À certains moments nous devons être sur-protégés, sur-défensifs et rigides; nous devons nous resserrer intérieurement et parfois nous vider complètement. Ainsi le continuum de croissance s'adapte aux différentes conditions de vie.

Pour étudier ce continuum chez une personne, vous devez observer la configuration formée de la plus petite à la plus grande limite, la relation entre le sentiment et l'expression, vous devez observer avec quelle facilité elle réussit à se désorganiser et à se réorganiser à nouveau, avec quelle habilité elle change tout et réussit à se mouvoir en passant du sentiment à l'action et enfin en arriver à comprendre sa manière de se relier au sol.

Un bon équilibre s'installe et s'enracine si les gens arrivent à se contenir, s'ils deviennent capables de s'accorder un délai, en restant en contact avec leurs sentiments, s'ils deviennent capables d'expérimenter leur voie d'expression et enfin de se satisfaire. N'étant pas un état idéalisé mais un état de flexibilité, qui permet de fonctionner à la manière d'un cœur, pouvant incorporer plus ou moins de sang selon le temps, l'organisme est contenu et prudent, et réagit à un effort par un battement tantôt rapide, tantôt lent. Cet état permet des possibilités de réactions plus grandes ou rien n'est vraiment fixé, excepté aux extrêmes facilitant ainsi l'exploration d'un nouveau champ d'expressions. Je pense que la meilleure manière de percevoir comment se sentent les personnes dans leur manière de se comporter serait plutôt de faire référence à une catégorie qui relève d'un modèle organique et social, relationnel et relativiste, aux structures anthropomorphiques et dualistes. (Je me réfère à des modèles de développement.) L'enfant présente une structure anthropomorphique; le monde et lui ne font qu'un. Il n'y a pratiquement aucune discrimination entre lui et les autres et il a tendance à voir le monde complètement identifié à lui-même. Ce phénomène est vécu par les personnes dont les points de jonction sont étirés; les jointures et les muscles sont allongés à l'extrême à la grandeur de leur corps. Elles atteignent une détente d'une profondeur telle, que toute espèce de tension disparaît, tension physiologique et psychologique pourtant nécessaire à l'identité. Dépourvues de cette tension, elles devront vivre sans frontières. (...)

J'utilise la détente dans son sens péjoratif parce que ce type de détente a pour fonction de surmonter le désir et d'étioler la personnalité. J'ai pu le constater chez certains gourous indiens. Selon moi cela ressemble à un état corporel idéalisé genre «nirvána» où le corps, dépourvu du tonus musculaire, ne peut plus habiter la personne et par conséquent la rend nulle (*blanked out*). Dans ce processus d'élongation, d'étirement et d'amincissement, les personnes



deviennent innocentes comme des enfants et ont l'air tout simplement déposées quelque part. Les relations avec le monde ne semblent pas leur dire grand chose. Beaucoup de drogue procure un tel effet.

L'enfant passe ensuite de la structure anthropomorphique à une phase dualiste : moi et toi, les miens et les tiens, la gauche et la droite, le bon et le mauvais, le ciel et l'enfer. L'enfant commence à vivre des polarités, des oppositions et des absolus. La mère devient absolument bonne et absolument méchante et d'une certaine façon il devra composer avec les deux : le monde des bons et celui des méchants.

Lorsque cette structure persiste à l'âge adulte ces mêmes adultes deviennent des moralisateurs tenant à tout prix à séparer le monde entre les bons et les mauvais objets, genre Billy Graham. Plutôt que de différencier, ils créent des différences. Leur corps a tendance à être rigide et à le devenir de plus en plus au fur et à mesure qu'ils avancent en âge. Leur cou est rouge et raide. Ils sont généralement de droite quoique je pourrais en dire autant des gens de gauche. Dans le cours normal du développement de la phase de polarisation du monde, parce qu'il s'agit d'une phase normale dans le développement de tout individu, celle où son énergie n'est plus investie dans la polarisation et l'assurance de frontières, il s'engage alors dans un modèle relationnel où l'organisme s'intéresse à l'harmonie, au compromis et aux réassemblages.

Réassembler consiste à prendre les différentes parties et à les réaménager : « Je laisse tomber un peu ceci et je prends un peu de cela. » L'enfant devient ainsi capable de se placer dans différentes positions, pour ainsi dire, si bien que ce n'est plus l'enfant parlant à sa mère mais aussi la mère parlant à l'enfant et le bon parent parlant au bon enfant — de telle façon que les mêmes parties pensent être réaménager dans l'intention d'amener un changement. Il s'agit donc d'une situation triadique où apparaît le rôle de l'observateur, la suppression du ou bien ou bien, et l'émergence d'une troisième solution : on touche alors à la structure et à l'organisation de la famille. En général cela équivaut à la période de maturité. Le corps apparaît comme plus balancé, capable d'harmonie et de symétrie.

Nous arrivons enfin à une étape *relativiste* c'est-à-dire celle où l'organisme (la personne) devient habile à se re-former ; à ne pas confondre avec se ré-assembler. La personne devient capable d'habileté à répondre (*responsability*) qui ne fait pas suite à un état d'équilibre mais à la capacité de composer avec une situation d'une manière participatoire. La personne est capable de transformer la situation et d'y répondre. Si la situation varie, l'organisme peut se re-former selon la situation émergente ou selon la situation que la personne désire créer. La troisième étape, rappelons-le, concerne le réaménagement de la situation et non la création d'une situation ; la troisième étape permettait l'opérationnalisation d'une situation. La quatrième étape permet en fait la création d'une situation, la création d'un style de vie, la création d'événements. Cela veut dire que la personne a atteint un stade où elle comprend, dans le sens qu'elle fait l'expérience d'une capacité de contrôle sur sa vie, d'une capacité de transformation des situations. Le but n'est plus l'équilibre ou l'harmonie mais bien plutôt la transformation d'une situation, accompagnée de sentiments de toute sorte, de préférence de sentiments agréables. Mais il peut accepter les

sentiments désagréables pour réaliser un projet qu'il a lui-même généré. Aussi il ne dira pas : « Maintenant voici ce que je vais faire pour arriver à me tenir bien droit », mais il va sentir son processus de mise en station droite et y participer. Ce n'est pas quelqu'un qui dira : « À partir de maintenant, je vais me tenir bien droit », mais quelqu'un qui va sentir une impulsion à se tenir droit et qui va y collaborer. C'est quelqu'un qui va créer un ensemble de valeurs différent, fondé sur son habilité à répondre à une situation qu'il a lui-même générée. Il ne s'agit pas tellement de rechercher la vérité comme de répondre à une situation.

Cela ne veut pas dire qu'il n'a pas de système de valeur. D'ailleurs, le corps d'une telle personne n'est pas nécessairement harmonieux ou balancé ou équilibré mais il est plutôt le reflet de son rapport à la situation. Il ne s'agit pas de la personne qui se trouve au prise avec le conflit d'être ou non spontanée, mais de celle qui est impliquée dans ce que représente son état. Dans une situation de stress elle pourra dire : « Je vais vivre mon anxiété, je vais aller jusqu'au bout sans me laisser menacer par elle. » Elle ne dira pas : « Voyons comment arriver à éliminer l'anxiété en me servant de mes pouvoirs de changement », elle dira : « J'ai toute l'énergie contenue dans cette anxiété, elle ne me fait pas peur, et je vais m'en servir de mon mieux dans cette situation. » (...)

La personne de cette quatrième catégorie perçoit différents niveaux d'une situation ainsi que la *forme* des événements quels qu'ils soient. Elle comprend que toute forme finale est temporaire et arbitraire, que vivre avec quelqu'un peut se comparer à vivre avec une peinture aux mille facettes de Jackson Pollack ; et comprend enfin que l'on se *refait* constamment. L'organisme ne cherche pas à s'équilibrer, mais à se *former*, et après à se re-former.

À mon avis, c'est à cette 4<sup>e</sup> phase qu'apparaissent la plupart des maladies. Nous nous référons tous à un *pattern* biologique, nous nous assurons d'une vie bien remplie, mais nous ne nous permettons vraiment pas de changer. Nous essayons d'acquérir une certaine intégration et une certaine sagesse, sans donner la chance à notre corps de prendre une autre forme, durant la majeure partie de notre vie : ainsi la personne ne change pas, ne se permet pas de ré-orientation biologique, puis, le corps flanche : il ne peut supporter le stress que sollicite une restructuration de lui-même, bref, il ne peut se construire une autre personnalité.

Ce n'est qu'après avoir franchi certaines étapes, que nous pouvons avoir accès au 4<sup>e</sup> stade de développement. Les étapes normales du développement humain nous conduisent tous au 3<sup>e</sup> stade. La plupart d'entre nous y accédons. Mais, je crois que ce n'est qu'après un certain âge que l'on peut commencer à fonctionner au niveau de cette 4<sup>e</sup> étape. Einstein en est une bonne illustration. D'ailleurs ne parle-t-il pas de relativité ? Le fait qu'il en parle est une indication qu'il devait posséder cette structure et ce mode de fonctionnement. Autrement, comment aurait-il pu faire ce qu'il a fait ? Laissez-moi vous rappeler ce qu'il en dit, car il le dit très bien lui-même : « Je vivais une certitude intérieure très profonde et il m'a fallu 40 ans pour créer les mathématiques me permettant de la communiquer. » En d'autres termes, il avait l'énergie pour la flairer, et il a dû créer un style de vie pour en favoriser la mise en valeur et la rendre acceptable socialement. Il en va de même, lorsque vous avez une vision,

un sentiment, un flair (*smell*) de *qui vous êtes*, dans le sens de flairer la personne *que vous pouvez devenir*. Vous vivez un moment de rêve, de vision, de réflexion ou de méditation, et vous acquérez un profond sentiment de ce que vous êtes réellement dans ce bas monde, et vous percevez alors de *nouvelles formes*. Quelques-uns d'entre nous prenons ces moments privilégiés très au sérieux, et, créons, pour y répondre, un tout nouveau *style de vie*; d'autres, par ailleurs, considèrent ce type d'expérience comme de la pure fantaisie, et croient qu'il est préférable de demeurer rationnel et pragmatique.

À partir de maintenant, nous pouvons commencer à parler sérieusement d'*énergie*. Quand vous commencez à «jouer avec» les processus métaboliques de l'organisme, qu'il s'agisse de respiration ou de relaxation, ou de quelqu'autre méthode que vous utilisez à l'heure actuelle — il y en a pour les fous et les sages — vous êtes en fait, en train de faire appel à la *tendance de l'organisme à devenir lui-même*. Une intensification de l'excitation ou un accroissement de la charge énergétique ne signifie pas que l'on puisse investir plus d'énergie dans la vie non plus qu'à «sentir» davantage. Cela signifie plutôt qu'un organisme peut sentir les *espaces* dans son propre développement, et sentir quelles sont ses tendances naturelles. Par exemple, les thyroïdiens dans le sens où je les ai décrits plus haut, sont des rêveurs, alors que les pituitairiens eux, sont des poètes.

Lorsque j'ai à regarder quelqu'un, je le fais de manière à m'utiliser moi-même plutôt qu'à me laisser utiliser. Il s'agit là d'un simple énoncé concernant la manière dont je peux avoir quelqu'un devant moi, le regarder, savoir de quoi il s'agit, sans pour autant l'insérer à tout prix dans une catégorie de diagnostics. Comment puis-je alors accéder au premier stade de la vérité phénoménologique qui consiste à supprimer toutes les idées préconçues sur ce que je dois savoir ou ce que je suis sensé faire? Le message est pourtant simple. Pourquoi ne pas regarder la personne telle qu'elle est et non telle que je crois que je dois la voir. Tout ce que je puis en dire à ce moment-ci, c'est que lorsque vous commencez à faire l'évaluation de ce *qu'est* une personne, il vous faut partir de ce que cette personne vous dit à vous et les images que suscite votre interaction au sujet de ce qu'elle est. Alors, vous pouvez commencer à créer la réalité de cette personne à partir de ces périmètres, de ces divers lieux : «Voici ce que je vois..., voici comment vous m'apparaissez..., voici comment j'y réagis..., voilà que j'ai une difficulté. Je vois que vous n'arrivez pas à une coordination satisfaisante...» Ainsi commence à se construire tout un bagage d'informations sur la manière d'être au monde de cette personne et sur votre manière à vous d'être avec elle, ce qui n'est rien de plus qu'une *réalité*. Au lieu de dire : «Eh bien, vous êtes une personne de type oral... voici les problèmes que vous devez apprendre à surmonter...» ou «votre côté droit interagit mal avec votre côté gauche...» ou «vous devriez changer d'idée à propos de ceci ou de cela...» ou «vous êtes un alcoolique...» etc. Parce qu'alors, vous vous retrouverez vis-à-vis des gens qui ne sont pas du tout eux-mêmes mais qui sont ce que vous dites qu'ils sont parce que vous l'avez établi ainsi. Ce que je veux finalement vous dire c'est : «Regardez, bon Dieu de quoi il s'agit! Qu'est-ce que ce type fait avec son cou raide? Je regarde son cou, puis, je me dis qu'il doit pourtant bien en avoir besoin pour quelque chose...»

### RÉSUMÉ

Évaluer est un art qui consiste à faire appel à des connaissances acquises, à une ouverture et à une attitude favorisant de nouvelles découvertes. Le contenu de l'évaluation doit s'élaborer à partir du contenu et de la qualité de la relation établie entre le thérapeute et la personne qui le consulte. L'auteur se réfère aux catégories de diagnostics analytiques uniquement comme champ de références. Il apporte des éclairages nouveaux sur la configuration sociale du corps, sur la formation biologique de l'organisme en relation avec autrui, sur la capacité de celui-ci à contenir des sensations et des émotions dans une situation vécue à l'intérieur d'un processus de développement organique et social.

### ABSTRACT

Evaluation is an art demanding acquired knowledge, open-mindedness, and an attitude conducive to new discoveries. An evaluation must be based on the content and the quality of the relationship between the therapist and the individual consulting him. The author refers to categories of analytical diagnoses only as a field of reference. He sheds new light on our knowledge of the social configuration of the body, of the biological structure of the organism in relation to others, and of its ability to contain sensations and emotions in a situation within a process of social and organic development.

### RESUMEN

Evaluar es un arte que consiste a hacer un llamado a los conocimientos adquiridos, a una abertura y a una actitud que favorece a los nuevos descubrimientos. El contenido de la evaluación debe elaborarse a partir del contenido y de la calidad de la relación establecida entre el terapeuta y la persona que lo consulta. El autor se refiere a las categorías de diagnósticos analíticos unicamente como campo de referencia. Aporta ideas nuevas sobre la configuración social del cuerpo, sobre la formación biológica del organismo en relación con los otros, sobre la capacidad de aquél de contener sensaciones y emociones en una situación vivida al interior de un proceso de desarrollo orgánico y social.