

Atelier #2 // Psychoboxe, réveiller la parole par les coups

by Revue Bancal - mardi, octobre 04, 2022

<http://www.revue-bancal.fr/revue/atelier-2-psychoboxe-reveiller-la-parole-par-les-coups/>

Richard Hellbrunn psychologue clinicien, psychanalyste et professeur de boxe française a développé la psychoboxe, à Strasbourg. Il s'agit de pratiquer un assaut d'1 min 30 avec un psychoboxeur. La force des coups est très fortement réduite pour atteindre un niveau de sécurité optimale et permettre le travail sur soi. Le tiers « symbolique », obligatoirement psychologue, psychanalyste ou psychiatre est garant du cadre. Il dirige les temps de verbalisation à partir de ce que cette mise en scène de combat a pu réveiller.

“La psychoboxe a pour but de permettre à un sujet, à travers ses gestes, ses affects et ses représentations, de remettre en jeu l'universalité des processus et la singularité des positions qui émergent de sa confrontation à ce qui lui est violence dans son corps, sa parole et ses actes. La psychoboxe ne se soutient que de l'ouverture d'une scène qui appelle un sujet à interpréter sa violence en la précipitant dans des formes perceptibles. » Richard Hellbrunn

Week-end de psychoboX avec Lionel Raufast & Aimé Disset

Lors de la formation de Valéry Meynadier à la psychoboX

Présents : Fleur, Clara, Arnaud & Jean-Paul

Au fond de l'air

L'espace commence à notre corps ; notre corps est le seuil du monde.

Ce corps, sombre évidAnSe, irréméDiablement présent, qu'on se traîne partout, qui nous entraîne partout, sombre mémoire à deux jambes, deux bras, foule d'organes ; que la psychoboX effracte.

La psychoboX est une drôle de machine à quatre poings, six mains, qui nous invite à désintimider notre intime...

Dispositif à trois êtres, deux s'en vont psychoboXer une minute 30, à touches modérées, c'est le patient

& le psychoboXeur ; quand le troisième se tient assis, à proximité, les yeux grands ouverts, c'est le psychologue, psychiatre, psychanalyste ou art-thérapeute, que je suis.

Les trois, à tout moment, ont le pouvoir de dire STOP.

Quelle paix rêvée dans ce STOP.

J'imagine la patiente victime de violence, en séance de psychoboX, sous sa pluie de coups, elle dit STOP & ça s'arrête.

J'imagine celui qui frappe pour dire, s'exprimer, seulement en frappant, ne sait pas faire autrement, s'il entend Stop, c'est la règle, il range les poings & peut-être, alors, se dire, qu'il existe d'autres façons de s'eXprimer ?

L'objectif de la psychoboX ?

S'asseoir près du monde, tranquillement, à bonne distance, & respirer, rien d'autre, respirer.

Pour cela, il faut d'abord chercher au fond de l'air...

Drôle d'expression : Le fond de l'air ?

La psychoboX, une invitation à rentrer dans Le fond de l'air ?

Avec des gants & un parten'air.

& son air à soi, cela va de soi.

Dans un premier temps - un petit mot sur le temps.

Ce temps qui nous tient à l'œil.

Il se dilate jusqu'à disparaître...

Le temps, qui n'en a pas besoin ?

Pour organiser le Tout que nous sommes dans le Tout du monde, nous sommes habitués à vivre, montre au poignet, dans un présent irreverCible. Le passé, c'est le passé & le futur, qu'il advienne.

Habitués à donner du sens à Tout, afin de ne pas devenir fou. Habitués à notre corps obéissant tout en pressentant parfois sa fourberie.

Habitués, follement habitués au langage, pour oublier que nous sommes des animaux contenus par le langage.

Libres & enfermés à la fois dans nos discours.

& si peu habitués à faire face au silence.

Son propre silence.

Le silence de l'autre.

Les gants de boX, dans le dispositif de Richard Hellbrunn sont un hommage à ce silence éconduit.

Gants de boX, pickpocket du silence, du tien, de l'autre.

Masturbation de la faille, il se peut.

Sous le simili cuir des gants.

Dans l'aquarium de mon corps, je vois les gros yeux de mon silence derrière la vitre

Je ne peux pas lui enlever son air

Je le laisse dans mon corps

Mais il a soif de verbe, alors, je m'en vais psychoboxer une minute 30

Mon silence dans ma sueur dira

Besoin de mie de pain pour l'essuyer & t'en donner

Mange

Que tu entendes & si tu peux, comprends

Je me sens comme un œuf à la coque, une petite cuillère en or vient délicatement frapper sur ma fontanelle & trifouille, solennelle, au-dedans, le sacré n'est pas loin, je me laisse faire.

Il se peut...

Est-ce là l'inverse d'un viol ?

Je veux dire, un retour à la virginité ?

Au juste - avant ?

La petite cuillère pleine de sang ausculte mes cellules, souffle dessus, souffle d'or, un peu d'air, enfin, mes grands-mères, toutes mes arrières-arrières grands-mères, même les sorcières brûlées vives, pleurent de joie ; il se peut un peu d'air frais au fond de l'air de ma mémoire.

La psychoboX, c'est aussi ça : ramener une poignée d'air du fond de l'air, du fond de soi, de cet air qui te bouffe, parfois, ton air.

& le mettre sur le tapis, avec le psy.

& après, vous soufflez à trois, le psy, toi, le patient & le psychoboXeur, non pour attiser mais pour éparpiller ce souffle ancien, afin qu'un nouveau souffle se mette en place... Un souffle neuf, méconnu de toi, qui vient pourtant de toi.

La psychoboX, c'est aussi une histoire de place, ça fait de la place, te parle de ta place, que tu as, n'as pas, n'as plus, que tu cherches, de la place de tes ancêtres.

Place à la chute qui t'a toujours dit Chut !

Envoyé au tapis le Chut !

valérY meYnadier

Quelque part dans le temps

Institut de psychoboxe, <https://www.psychoboxe.com/>

Valéry Meynadier, [Maison des écrivains](#) et [Facebook](#)