

LA PERSONNALITÉ PRIMAIRE

Par Gerda BOYESEN

(Journal of Biodynamic Psychology NO 3, Hiver 1982 PP. 3 à 8)

Résumé : Le concept de Personnalité Primaire est fondamental pour le travail en Psychologie Biodynamique dans la mesure où c'est la partie de la personne avec laquelle nous entrons en contact. Dans notre travail, c'est ce que nous amenons à exprimer. Dans cet article, Gerda BOYESEN décrit le concept et son utilisation.

En Psychologie Biodynamique, nous disposons de ce concept de Personnalité Primaire ; toutefois il peut y avoir quelques confusions et imprécisions au sujet de ce concept. Aussi, nous allons le décrire et indiquer comment il peut être employé dans toute sa spécificité.

Avant de commencer, je dirai quelques mots à propos de ce que la Personnalité Primaire n'est pas. Quelques personnes restent sur l'impression que la Personnalité Primaire a des émotions primitives et à l'état fruste et fait exactement ce qu'elle veut sans le moindre égard pour les autres. Ce n'est pas cela. C'est une totale erreur de conception en ce qui concerne la Personnalité Primaire.

Il y a aussi une confusion avec ce que William Reich a appelé le "caractère génital". Celui-ci a donné lieu, aussi, à des erreurs d'interprétation quand on s'en est servi pour décrire une personne qui prend ce qu'elle veut et laisse sortir ses impulsions et sa colère sans tenir compte des autres. Ce n'est pas ce que Reich a voulu dire. Un auteur norvégien et une bonne partie du groupe de Reich en Norvège a décrit le caractère génital comme s'il s'agissait d'un psychopathe. La nomenclature du caractère génital a incité des gens à s'adonner à une amoralité compulsive, soulignant l'importance du potentiel sexuel. Ceci a même conduit des gens à s'ôter la vie parce qu'ils n'avaient pas pu accéder au véritable orgasme et ainsi, dans leur esprit, accéder à la libération du potentiel que représente le caractère génital. Ceci est une autre manière, pour le super-égo, de s'imposer.

Avant de décrire les nombreux aspects de la personnalité primaire, il est important de souligner la raison pour laquelle ce concept nous vient à l'esprit - et au cœur. Tandis qu'en un sens la Personnalité Primaire est l'Ultime Potentiel Humain (nous en sommes conscients), par ailleurs, chaque personne a, dans des proportions plus ou moins grandes, des aspects de la Personnalité Primaire présents dans sa vie de tous les jours. Ils ne sont pas hors de portée, ils sont là. Aussi, dans notre travail avec les gens, nous avons besoin d'être attentifs, de reconnaître, d'entrer en contact avec ces éléments. En faisant ainsi, nous aidons et encourageons non seulement ces aspects, mais la personne toute entière. Ceci leur donne la force, le courage et leur permet d'accepter, de regarder et de travailler avec les éléments plus névrotiques qui sont en eux, la face la plus obscure de leur caractère (Personnalité Primaire). Nous pouvons les aider à voir les aspects qui manquent ou qui ont été transformés et pour quelle raison. Nous pouvons les aider à se développer, à libérer d'autres aspects de la Personnalité Primaire qui sont en eux et à se mettre en connexion avec. Ainsi la personne pourra se libérer de ses contraintes et ses craintes et évoluer de manière constructive à chaque pas, vers l'accomplissement de son propre potentiel.

Tel est notre but, et c'est pourquoi nous avons besoin du concept de Personnalité Primaire - dans toutes ses manifestations. Nous pourrions ainsi le reconnaître dans les autres et dans nous-mêmes.

Par Personnalité Primaire, j'entends une personne qui ne se retire pas ou n'encapsule pas son énergie vitale et les courants qui en font partie - la petite onde, les sensations de fourmillement à l'intérieur du corps qui nous disent que nous sommes vivants - suivant le processus qui a lieu habituellement, pendant l'enfance. C'est une personne qui est en contact avec la circulation de sa "libido", avec le plaisir qui découle du fait d'être dans son environnement et d'obtenir en fonction de sa participation à toute situation, Elle ne trahira pas cela en elle-même, ni ne le reniera pour elle et pour les autres. Il y a une joie naturelle dans la vie, une euphorie : c'est aussi une chose pratique et pragmatique. C'est "enraciné".

La Personnalité Primaire a une curiosité en éveil ; elle n'a pas peur de ce qui est nouveau. Elle est souple et peut faire face à l'inattendu ; elle n'est pas défensive, mais capable de se protéger. Il y a une sécurité qui vient de la base, une stabilité et une honnêteté. Cette personne peut donner et prendre dans l'ouverture. Elle est prête pour les autres, elle a une présence qui les attire et elle leur donne. Au niveau de l'aura, les énergies rouges et bleues sont en proportions équilibrées, ce qui montre que les énergies profanes et les énergies les plus spirituelles s'équilibrent et travaillent ensemble. Il y a du plaisir dans le travail comme dans le repos, une douce euphorie et une agréable contamination par le plaisir de vivre.

Cette personne peut être pleine de ce qu'il y a de merveilleux dans la vie, tout-à-fait en contact avec son côté enfant, tout en n'ayant pas de difficulté à être adulte. Il y a aussi une intégration des deux parties de la personnalité : l'animus et l'anima, le côté mâle et le côté femelle, en un sens, l'inspiration et l'action. Elle n'a pas de difficulté à dire "oui" ou "non", "je veux" ou "je ne veux pas". Sans être rigide dans sa manière de vouloir et d'obtenir suivant ses propres objectifs, elle peut être forte et souple, déterminée et douce, s'imposer et coopérer.

Nous avons tous ces attributs en nous, et souvent, ils ont été passablement distordus par notre éducation et la tâche que nous avons à accomplir dans cette vie. Ce dont nous avons le plus besoin, c'est de la capacité à nous équilibrer, nous auto-réguler. Avec cette capacité, nous ne restons pas fixés sur un aspect particulier. Quand un aspect est actualisé, il vient s'intégrer dans le potentiel et un autre prend sa place. Notre travail avec les gens consiste à reconnaître les aspects qui sont ancrés et sont devenus chroniques, et de les aider à se libérer un petit peu pour qu'un nouveau potentiel apparaisse à travers cela. Il consiste aussi à détecter ce qui n'est pas là, qui manque, à comprendre comment la personne compense cette absence, et ensuite, à aider cet aspect manquant à émerger derrière les défenses qui ont empêché qu'il soit utilisé jusqu'à maintenant. Ainsi,

nous avons non seulement besoin d'être familiarisés avec d'autres aspects de la personnalité primaire, mais aussi, d'avoir la notion de ce qu'elle est dans sa totalité. Si nous arrivons à communiquer ce que nous avons reconnu, et un encouragement, on facilite considérablement le processus thérapeutique et une plus grande partie de la personnalité primaire peut émerger.

La Personnalité Primaire est une personnalité qui n'a pas développé l'armure caractérielle qui se situe dans les muscles et les tissus du corps. Ainsi, chaque cellule est pleine d'énergie et celle-ci peut s'écouler librement. Le tissu lui-même est souple et sensitif ; il n'est pas rempli de déchets névrotiques. Ceci signifie que n'importe quel stimulus créatif peut émerger facilement de l'intérieur vers la surface, et s'actualiser par lui-même. Par conséquent, la personne ne finit pas par être frustrée par elle-même et par devenir sa propre victime. Elle peut aussi recevoir facilement des stimulus de l'extérieur et réagir de manière appropriée, sans être entravée par des tensions et des peurs contenues dans le corps. La Personnalité Primaire œuvre pour réaliser la plénitude de ses capacités en actualisant ce qui est potentiel. Elle a une disposition amicale naturelle en raison de l'amour des autres et de sa manière d'être avec eux. Quand on est en contact avec sa Personnalité Primaire, on étend les limites de sa vie, de son travail et de ses connaissances. On a aussi une capacité à préserver son intimité quand cela est nécessaire, sans crainte d'être seul. On peut s'accomplir dans l'amour, la paix et l'énergie quand est seul sans se sentir dans la solitude. Cependant, lorsque cela arrive, on peut y être sensible. On a la foi dans la vie et on a un amour de la vie avec la pleine expérience de ses fluctuations. On ne redoute pas la mort mais on l'accepte. Elle fait aussi partie de la vie.

La Personnalité Primaire jouit de ce que j'appelle "un bien-être indépendant", si on l'oppose à la Personnalité secondaire qui est plus névrotique ; n'ayant pas ce bien-être indépendant, cette dernière dépend des autres et d'éléments extérieurs pour être gratifiée. La Personnalité secondaire n'est pas en contact avec ses "courants". Ceci est dû à ce que, bien que l'énergie soit là, elle ne circule pas facilement à travers le corps, aussi il est congestionné par des déchets et subit les restrictions dues aux tensions corporelles ; c'est la manifestation organique des névroses.

La Personnalité Primaire est aussi une personnalité éthique, c'est-à-dire qu'elle ne pense pas seulement au "Self" et à ses propres besoins. Il y a un altruisme qui n'oblige pas la personne à contrecarrer et sacrifier ses besoins naturels. Nous avons mentionné plus haut la situation où cette tendance est en excès. On a une propreté et un sens de l'ordre naturel sans que ce soit imposé. La personne n'est pas non plus figée dans la conception fautive que la libération signifie que l'on doit vivre dans la saleté et le déni de soi-même.

Davantage de qualités spirituelles apparaissent. Ceci provient du contact avec le soi instinctuel et l'inconscient, le côté primitif et la force animale déterminante. Ce contact se transcende lui-même et transcende la personne dans sa partie la plus élevée et son côté spirituel. Les deux se complètent et créent un équilibre. La Personnalité Primaire est ouverte sexuellement. Non seulement physiquement, mais aussi ouverte à une sexualité plus transpersonnelle et transcendantale - une sexualité tantrique - Le cœur est aussi "dé ouvert" et non "fermé". Cette personne peut aimer. Ceci est une condition nécessaire mais non suffisante. L'ouverture du troisième œil amène une dimension psychique : l'intuition et le contact avec la plus haute partie de soi et ainsi avec le côté spirituel de l'homme. Elle arrive à être en contact avec les qualités éternelles et à être motivée par elles : beauté, compassion, grâce, mobilité et passion. Les courants d'Énergie Vitale qui circulent dans le corps peuvent maintenant le dépasser tout en faisant partie de notre conscience. Nous commençons à pouvoir entrer en interaction avec quelque chose de plus grand que nous-mêmes. Nos sensations s'étendent au-delà de nos corps physiques et nos perceptions, au-delà des limites de notre esprit.

A un plus vaste niveau, on a la sensation de faire un avec l'univers et de ne pas être seulement un individu isolé. Cela se traduit par un certain sens de l'humanité et un amour de l'humanité, et en même temps une colère envers ceux qui abusent des autres. On a de l'empathie aussi, pour la souffrance des autres, combinée à la détermination de combattre les maux de ce monde, sans se laisser envahir par eux, dans les limites de la réalité et de ses propres capacités à réaliser son potentiel. Le saint, le martyr, le héros conquérant n'incarnent que partiellement la personnalité primaire.

Plus que toute autre chose, elle peut concilier des caractéristiques opposées. Elle permet d'intégrer au Self les différentes figures de l'arbre de vie (le Tarot) : l'Enfant, la Grande Prêtresse, le Roi-Conquérant, le Chariot, l'Empereur, l'Impératrice. Ces caractéristiques sont intériorisées ensemble de diverses manières, intégrées et utilisées pour aider la Personnalité Primaire à révéler son vrai potentiel dans toute situation. Tous les attributs qui sont ceux de la Religion, de la Philosophie, des buts communs à l'Humanité, font partie du potentiel de la Personnalité Primaire. Non seulement nous avons conscience de cela à travers notre culture, mais c'est aussi dans notre inconscient. Ces attributs : patience, justice, juste colère, amour, compréhension, recherche de la connaissance, compassion, enjouement, passion, humour... sont tous à notre disposition. Nous n'avons qu'à les réaliser.

Il n'y a pas de limite au développement de la Personnalité Primaire - sauf qu'en premier lieu nous devons nous débarrasser de nos limitations, de notre armure et de nos modèles névrotiques. La première étape consiste à contacter en nous la force de vie, les courants. A partir de ce moment, il n'y a plus de fin. Cela se poursuit et devient palpitant. La vie répond en se synchronisant, Des choses incroyables commencent à arriver. Il n'y a plus de temps laissé à l'ennui -, il est remplacé par l'émerveillement et la joie. Une croyance en quelque chose de plus grand que seulement nous-mêmes commence à se développer, et les limitations du monde matériel cessent de nous retenir. Ceci se manifeste de manière unique pour chacun de nous, pour chaque individu. On est davantage en contact avec une sorte de sagesse universelle et avec l'"Inconscient Collectif Profond" commun à tous. Nous nous laissons guider par cela sur le chemin de notre vie. Le troisième œil et son intuition nous conduit aussi et nous avons confiance en lui. Avec tout cela, notre compréhension de l'Univers, de l'Humanité, de nous-mêmes et du processus de la vie et de la mort se développe.

C'est réellement là, dans tous les gens et tout le temps. Nous sommes nés avec ce potentiel de joie intérieure, de sécurité et d'émerveillement pour le monde qui nous entoure. Nous pouvons en perdre une bonne partie

tandis que nous devenons limités, trop rationnels, privés de tout cela, et enclins à nous chercher nous-mêmes. Ceci tend à rendre notre troisième œil aveugle, et la dimension mystérieuse, qui fait que la vie mérite d'être vécue selon une conscience supérieure, est remplacée par le Super-Ego. Nos parents et nos enseignants sont, pour le meilleur et pour le pire, nos maîtres dans ce processus. C'est notre rôle, en tant que thérapeutes et aussi simplement en tant qu'humains, d'aider les gens avec qui nous sommes en contact. De cette manière, ils peuvent passer au crible ce qui est bon pour eux, et ce qui ne va pas dans le sens de leur croissance, vers la réalisation des aspects de la Personnalité Primaire qu'ils portent en eux-mêmes. C'est ceci qui est source de plaisir dans notre travail. Le plaisir d'aider le gens à retrouver leur Personnalité Primaire, unique pour chacun, mais commune à tous, n'est pas moindre que le plaisir qu'ils ont eux-mêmes à en refaire l'expérience. C'est un travail sacré car les hommes et les femmes sont des êtres sacrés au même titre que les animaux et toute la nature. C'est la création et l'œuvre de Dieu.