



Crédit photo: D. R.

Parvenir à l'Ultime...

Les enseignements de Wilhelm Reich et du Tao

par Gérard Guasch

Pour les adeptes du Tao, qui recherchent en toutes choses la parfaite harmonie par l'équilibre des contraires, la femme et l'homme sont les représentants emblématiques du Yin et du Yang, de la Terre et du Ciel. Il convient donc que leur union respecte des règles précises qui leur permettent de s'élever jusqu'à l'harmonie du Cosmos sans gaspiller leur énergie vitale. Ces principes nous ont été transmis par des traités dont certains ont plus de deux mille ans. Les plus célèbres sont le *Nei Tching Sou Wen*⁽¹⁾ attribué au père de la civilisation chinoise, l'Empereur jaune Huang-ti, où celui-ci dialogue avec son médecin et conseiller Chi-pou sur les arts de longue vie, et le *Sou Nü King*⁽²⁾ où il dialogue sur l'art de la chambre à coucher avec la Fille candide: *Le but du coït est d'équilibrer les énergies, d'apaiser le cœur et de renforcer la volonté. Ensuite vient la clarté de l'esprit; le sujet ressent un bien-être profond, ni froid, ni chaud, ni faim, ni satiété, le corps en paix jouit. La jouissance de la femme, le non-affaiblissement de l'homme, voilà le bon résultat, dit ce dernier qui précise: Sans coït, l'esprit (Shen) ne peut s'épanouir.* Plus tard apparurent les manuels illustrés (dits «livres de l'oreiller») peints sur des rouleaux de soie, que consultaient les amants désireux de parvenir à l'ultime en pratiquant avec art le «Jeu des nuages et de la pluie». Chaque posture, soigneusement détaillée, y était agrémentée d'un titre: «Les papillons dans le soleil voltigent», «Le lapin suce le poil», «Chat et souris dans le même trou»... et de conseils, souvent rédigés en vers. Quant à l'aspect ésotérique de ces pratiques, aujourd'hui dévoilé⁽³⁾, il fut longtemps jalousement gardé et seulement transmis de maître à disciple.

Un kung-fu amoureux!

La règle du jeu est de provoquer l'autre pour l'amener au comble de la jouissance tout en se retenant soi-même le plus longtemps possible, et vivre ainsi une sorte de Kung-fu amoureux! Pour l'homme qui veut vivre long-

Pour atteindre l'ultime, l'important est de faire de la relation sexuelle un banquet, pas un «fast food».

temps (idéal taoïste), il est impératif d'apprendre à livrer de nombreux assauts sans «crever son nuage». Ne pas gaspiller sa semence, c'est économiser son essence vitale. De là, les multiples conseils de contrôle respiratoire et de maîtrise du corps que donnent ces traités.

L'homme croit être Yang durant l'acte sexuel. Il se trompe. Quand il pénètre la femme, il est Yang dans le Yin. La femme est autour de lui, c'est elle qui domine; son Yin va éteindre le Yang de l'homme. *Les femmes vainquent les hommes comme l'eau vainc le feu*, disent les textes anciens. L'homme qui va s'unir à la femme doit donc se considérer en état de guerre: il va donner l'assaut.

S'il arrive à dompter sa monture et lui-même, à faire bouillir l'eau sans qu'elle éteigne le feu, alors sa vie en sera prolongée. Le *Sou Nü King* est à ce sujet catégorique: *Lorsqu'on s'unit à une femme, il faut se sentir tel un cavalier sur un cheval au galop, dont les rênes sont pourries, chevauchant au bord d'un abîme parsemé en son fond de poignards pointant vers le ciel. Si l'on arrive à garder sa semence, la vie sera éternelle.*

Cette vision, conforme aux rapports du Yin et du Yang suivant la tradition et aux rapports de l'homme et de la femme dans la société chinoise antique, se voit quelque peu adoucie dans le taoïsme contemporain où les relations ne sont plus conçues comme un combat, mais comme une recherche d'union harmonieuse et prolongée.

Wilhelm Reich et la fonction de l'orgasme

Parmi les penseurs modernes, un homme a centré sa recherche sur la fonction de l'orgasme: Wilhelm Reich (voir encadré), en démontrant que la libre circulation de l'énergie au travers de l'organisme est un facteur crucial de santé physique et mentale, et comment celle-ci se voit facilitée par une décharge adéquate des tensions physiques et psychiques grâce à l'orgasme. En cela il rejoint les enseignements du Tao. De plus, sa conception de l'énergie

cosmique, qu'il nomme Orgone est très proche de celle du Qi. Et quand il note : *La fonction de l'orgasme, au sens organomique, transcende de très loin l'espèce et le genre. Elle précède même la formation des nerfs. Son rythme à quatre temps caractérise la division des cellules et le mouvement pulsatoire d'une méduse ou le péristaltisme d'un ver ou d'un intestin*, c'est à la pulsation (contraction-expansion) de l'énergie cosmique dans ses manifestations vitales qu'il se réfère, tout comme le Tao. Et dans *La superposition cosmique*⁽⁴⁾, il retrouve à l'échelle du macrocosme les manifestations de l'énergie vitale étudiée dans les corps vivants (microcosme).

La retenue de l'onde orgasmique

Mais Reich va plus loin. Préoccupé par la «misère sexuelle», c'est-à-dire par la pauvreté des échanges affectifs et amoureux dans la société, il souligne le divorce culturel entre sexe et amour, et propose des moyens thérapeutiques, éducatifs et sociaux pour réduire ce dernier, afin d'aider chacun à retrouver une unité interne où tête, corps et cœur parleraient le même langage.

C'est que, cuirassé de peurs et d'interdits, notre «corps-esprit» ne peut s'abandonner librement à la puissance des émotions⁽⁵⁾. La retenue de l'onde orgasmique est la source de nombreux troubles, et il serait à ce propos intéressant de savoir combien, parmi la cohorte de consultants «psychosomatiques» qui remplissent chaque jour les cabinets médicaux, souffrent d'impuissance orgasmique et d'insatisfaction sexuelle, et quels effets ont celles-ci sur la qualité de leur vie et leurs relations sociales. En effet, le manque de liberté orgasmique et la pauvreté des échanges amoureux tendent à accroître les rigidités caractérielles. Le contact avec la vie s'appauvrit, et la joie de vivre aussi.

Face à cette réalité, Reich propose, au travers d'une thérapie corporelle énergétique originale, un décuirassement progressif du corps qui va libérer la plénitude de l'onde orgasmique. Ce décuirassement est hautement souhaitable comme préalable aux pratiques taoïstes qui, mal guidées, peuvent aboutir à une obsession du contrôle de l'éjaculation. Obsession qui chez certains entraîne un renforcement de la cuirasse corporelle qui, loin d'être un bénéfice, s'avère nuisible à la jouissance partagée. Par contre, lorsqu'elle est bien conduite, l'union réservée (sans éjaculation) est favorable à une recherche progressive du plaisir et à une prolongation de la durée des relations. Pour chacun des partenaires, elle est favorable aussi à l'obtention d'orgasmes multiples et au bien-être qui s'en suit.

En cela encore les enseignements de Reich et du Tao coïncident : pour atteindre l'ultime, l'important est de faire de la relation sexuelle un banquet, pas un «fast-food».

(1) *Nei Tching Sou Wen*, traduit du chinois par André Lavier, Puiseux, Pardès, 1990.

(2) *Sou Nü King*, Présentation par le Dr Maurice Mussat. Paris, Seghers, 1978. Rééd. Editions Médecis, 2003.

(3) Mantak Chia et Douglas Abrams, *Le couple multi-orgasmique*, Paris, Guy Trédaniel éditeur.

(4) 1951 ; Paris, Payot, 1974.

(5) Voir : Guasch Gérard, *Quand le corps parle*, Vannes, Sully, 1998. Rééd. 2002.

LE REFLEXE ORGASTIQUE

Si le concept d'énergie vitale semble aller de soi en Orient, il n'en est pas de même en Occident. De ce côté-ci du monde, les réussites de la science ont maintenu une chape de plomb sur tout ce qui pouvait mener à la découverte et l'objectivation d'une énergie spécifique du vivant. Un homme pourtant vit surgir de son travail scientifique des observations qui le menèrent inexorablement à reconnaître son existence.

La «fonction de l'orgasme»

Wilhelm Reich (1897-1957), médecin psychiatre et psychanalyste, au départ fidèle de Freud, finit par conclure qu'il existait un substrat énergétique chez l'être humain, comme chez tous les êtres vivants d'ailleurs. C'est à partir de l'étude de la fonction sexuelle et de ce qui pouvait la contrarier ou l'animer, qu'il fit ses principales découvertes, questionnant minutieusement ses patients sur leur manière de vivre leur sexualité ou mesurant les différences de potentiels électriques à la surface de la peau pendant des relations sexuelles. Il fut ainsi conduit à s'interroger sur le bon déroulement et le rôle biologique d'un phénomène particulier : l'orgasme.

Pour W.Reich, la fonction sexuelle est avant tout un système de régulation de l'énergie dont l'orgasme est le mécanisme central. La procréation est une fonction dérivée de la première : quoi de plus évident que la nature ait prévu chez certaines espèces, que les processus liés à la gestion de l'énergie de vie servent aussi à la transmettre...

L'énergie vitale, que Reich baptisa Orgone, est toujours en circulation et en fluctuation, comme le processus de la vie toujours en mouvement. L'organisme par son fonctionnement même accumule de l'orgone. A un certain stade, la tension devient critique et il est nécessaire de faire baisser la charge, le moyen le plus naturel étant la relation sexuelle. Et de la qualité de ce fonctionnement va dépendre la qualité de la circulation énergétique : c'est une vision très concrète d'un concept aujourd'hui passé dans les mœurs celui de Libido.

Le réflexe orgasmique

Pour que l'orgasme soit efficace, il faut qu'il déclenche ce que Reich appelle le réflexe orgasmique. C'est un mouvement spontané et ondulatoire entraînant la participation de la totalité du corps en synchronicité avec la respiration. Il permet à la sensation née dans les organes sexuels de s'étendre et de se répandre dans tout l'organisme. Ainsi, une décharge complète est atteinte, réalisant du même coup une harmonisation et un rééquilibrage énergétique global ayant une action sur la santé.

Ce réflexe involontaire qui se déclenche quelque temps avant l'acmé du coït peut être contrarié par des tensions chroniques disséminées dans tout le corps. Ces tensions accumulées tout au long de l'histoire de vie et témoins des difficultés vécues et des manières dont elles ont été surmontées correspondent aussi à des stases énergétiques qui les maintiennent. C'est en travaillant sur le sens attaché à ces tensions que Reich est remonté jusqu'à leurs ancrages. Il a baptisé l'ensemble qu'elles forment une «cuirasse» et tout son travail de thérapeute a visé à faire fondre les cuirasses trop encombrantes, de façon à rétablir la possibilité du réflexe orgasmique dont il a fait l'unité de mesure du fonctionnement psychophysique.

François Serre