

# La catharsis : un pont entre théâtre et psychanalyse

## TABLE DES MATIERES

---

1	Introduction.....	2
2	Définition(s) et principales caractéristiques.....	3
2.1	La nécessité du revécu .....	3
2.2	L'opposition entre l'apollinien et le dionysiaque .....	4
2.3	La modification du Moi.....	4
3	Catharsis et théâtre : quelques jalons historiques.....	5
3.1	Platon : les prémises de l'opposition entre apollinisme et dyonysisme.....	5
3.2	Aristote : la <i>Poétique</i> .....	6
3.3	Nietzsche : Apollon et Dionysos .....	8
3.4	Le dionysiaque : Artaud et le théâtre de la cruauté.....	10
3.5	L'apollinien : Brecht et l'esprit critique .....	12
4	Catharsis et psychanalyse.....	12
4.1	Freud et Breuer : la méthode cathartique .....	12
4.2	La psychanalyse freudienne .....	13
5	Catharsis et théâtre contemporain .....	16
5.1	Performance et théâtre performatif : la mort de la sublimation esthétique.....	16
5.2	Apollinisme et dyonysisme au XXI <sup>e</sup> siècle : la question du texte .....	17
6	Conclusion .....	19
7	Bibliographie.....	21
7.1	Sources .....	21
7.2	Littérature secondaire .....	21

# 1 INTRODUCTION

---

« Catharsis ». Le terme renvoie immédiatement à la *Poétique* d'Aristote. Pourtant, le philosophe grec ne fait que l'évoquer dans une unique phrase : « Et, en représentant la pitié et la frayeur, elle (la représentation) réalise une épuration (catharsis) de ce genre d'émotions. »<sup>1</sup>

Ce court énoncé, en raison de son ambiguïté et de sa polysémie, n'aura de cesse d'être étudié, interprété, manipulé à travers les siècles, par des hommes de lettres, de théâtre mais aussi de science. Car le terme de catharsis est également étroitement associé à la psychanalyse, et notamment à son ancêtre, la bien-nommée « méthode cathartique », imaginée par Sigmund Freud et Josef Breuer et principalement développée dans leurs *Etudes sur l'hystérie*, en 1895. Si Freud se distancie de Breuer par la suite, le concept de catharsis évolue avec lui et accompagne la naissance, puis le développement de la psychanalyse.

Que ce soit dans le domaine du théâtre ou dans celui de la psychothérapie, la notion de catharsis ne cesse d'être redéfinie au cours des siècles. Une constante réside cependant dans la tension entre deux pôles, deux tendances issues de deux dieux : Apollon et Dionysos. Tension qui précède même Aristote – car déjà bien présente chez Platon<sup>2</sup> – mais qui doit beaucoup à Nietzsche et à sa *Naissance de la tragédie* dans sa théorisation. Depuis les origines, et aujourd'hui encore, la catharsis est donc la réunion improbable, instable et sans cesse remise en question de l'apollinien et du dionysiaque. La pensée même de Freud semble suivre un chemin progressif du dionysiaque vers l'apollinien<sup>3</sup>.

Prenant racine chez Aristote – bien que le terme existe déjà au préalable, il est indéniable qu'il doit sa fortune au célèbre théoricien de la tragédie –, incessamment discutée par l'histoire littéraire, mais également largement récupérée par Freud, la catharsis a donc instauré et entretenu un lien étroit entre le théâtre et la psychanalyse. Elle jette ainsi un pont entre deux mondes, permettant un échange fertile, l'un et l'autre s'éclairant, s'enrichissant et s'utilisant mutuellement. Quels sont ces rapports et comment ont-ils évolué historiquement ? Le théâtre peut-il guérir ? S'il y a catharsis au théâtre, sur qui opère-t-elle – le public, les comédiens, l'auteur, le metteur en scène ? Qu'en est-il à l'heure du théâtre sans texte et de la performance ?

Le présent travail a ainsi pour ambition de retracer l'histoire des rapports entre catharsis, théâtre et psychanalyse, en commençant par tenter de donner une définition de la première, basée sur ses composantes les plus stables. Il serait trop long de retracer ici l'intégralité des différentes approches de la catharsis dans l'histoire du théâtre ou de la psychanalyse ; nous nous bornerons donc à dégager quelques jalons fondamentaux dans ce long parcours. Il s'agira ensuite de s'interroger sur les enjeux d'un tel rapport à l'heure du théâtre contemporain.

---

<sup>1</sup> Aristote, *Poétique*, cité par Vives, Jean-Michel, « La catharsis d'Aristote à Lacan en passant par Freud. Une approche théâtrale des enjeux éthiques de la psychanalyse », in *Recherches en psychanalyse*, n°9, janvier 2010, p. 23.

<sup>2</sup> Cf. point 3.1.

<sup>3</sup> Barrucand, Dominique, *La Catharsis dans le théâtre, la psychanalyse et la psychothérapie de groupe*, Paris, Epi éditions, 1970, p. 220.

## 2 DÉFINITION(S) ET PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES

---

Avant d'aborder la notion telle qu'aménée par Aristote et abondamment débattue après lui, revenons aux origines du mot, c'est-à-dire à son étymologie :

Catharsis est un mot grec, formé d'une préposition : *cata*, qui, dans les mots composés, signifie *en vue de*, et du verbe *airo*, qui a trois sens : enlever, lever ou élever, et exalter ou mettre hors de soi. [...] Enfin, *è catharsis* a en premier lieu le sens médical de purgation (élimination des humeurs peccantes), puis le sens moral de soulagement de l'âme par la purification, et enfin le sens religieux de l'action obtenue aux cérémonies de purification et d'initiation.<sup>4</sup>

L'histoire de la notion de catharsis n'est qu'une oscillation entre ces trois sens qui, loin d'être imperméables, ne cessent de se mêler. Ainsi, le sens médical et très technique de purgation est au centre de la méthode cathartique mise en place par Breuer et Freud, alors que les travaux plus tardifs de ce dernier font référence à la catharsis de manière plus spirituelle. La tragédie de son côté est passée d'une compréhension principalement morale – guérir des passions en montrant leur funeste résultat – à une interprétation beaucoup plus métaphorique en revenant à la notion de traitement médical : « La *mimèsis* tragique nous ferait éprouver des passions épurées, le plaisir résultant alors du soulagement quasi physique ressenti au terme de ce traitement "homéopathique". »<sup>5</sup>

Si, comme nous l'avons dit, le sens de la catharsis évolue au fil du temps, certaines de ses composantes, bien que sujettes à quelques évolutions, semblent plus ou moins constantes. Parmi elles, relevons trois caractéristiques fondamentales inhérentes au processus cathartique : la nécessité du revécu, son équilibre entre participation et mise à distance – entre apollinisme et dyonysisme – et le changement de personnalité.

### 2.1 LA NÉCESSITÉ DU REVÉCU

La notion de revécu, qui se transforme en représentation lorsqu'il s'agit de théâtre, est une caractéristique fondamentale de la catharsis. Celle-ci guérit en effet le même par le même :

Si nous suivons pas à pas le texte d'Aristote nous arrivons à la conclusion qu'il s'agit d'une épuration du même par le même [...], par la représentation du même. Les traducteurs Roselyne Dupont-Roc et Jean Lallot ont en effet très précisément montré qu'il convenait, contrairement à la tradition, de traduire *mimèsis* non par imitation mais par représentation. [...] Les affects sont épurés par le regard du spectateur [...], dans la mesure où le poète lui donne à voir des objets eux-mêmes mis en forme, transformés par la *mimèsis*, la re-présentation.<sup>6</sup>

De même, en psychothérapie, seul le revécu permet de réveiller l'inconscient, de libérer le refoulé, puisque le souvenir conscient, par définition, est entravé par les mécanismes de défense du sujet. Il en est question dès les débuts, lorsque Freud et Breuer font encore appel à l'hypnose<sup>7</sup> :

---

<sup>4</sup> Barrucand, *Op.cit.* p. 16.

<sup>5</sup> Vives, Jean-Michel, « La catharsis, d'Aristote à Lacan en passant par Freud. Une approche théâtrale des enjeux éthiques de la psychanalyse », in *Recherches en psychanalyse*, n°9, janvier 2010, p. 23.

<sup>6</sup> *Ibid.*, p. 25.

<sup>7</sup> Dans leurs *Etudes sur l'hystérie*, trad. A. Berman, Paris, Presses universitaires de France, Bibliothèque de la Psychanalyse, 1967 [1895].

La communication préliminaire [des *Etudes sur l'hystérie*], donne en cinq points l'essentiel de la méthode cathartique. Tout d'abord, les auteurs exposent leur théorie de l'hystérie traumatique, c'est-à-dire qu'ils admettent que l'hystérie a normalement pour origine un accident qu'il est difficile de retrouver, parce que les patients n'aiment pas en parler ou parce qu'ils n'y voient pas de rapport avec leur symptôme, ou parce qu'ils l'ont oublié. [...] Dans tous les cas, les divers symptômes ont avec le traumatisme initial un rapport étroit, que l'on peut secondairement rétablir grâce à l'hypnose.<sup>8</sup>

Cette notion de reviviscence sera ensuite l'un des piliers de la psychanalyse, bien que se détachant de la thèse des *Etudes sur l'hystérie* par l'abandon à la fois de l'hypnose et de la conception d'un événement traumatique unique à la base de la pathologie, au profit d'une vision plus globale de la personnalité.

## 2.2 L'OPPOSITION ENTRE L'APOLLINIEN ET LE DIONYSIAQUE

La catharsis, et donc la guérison, ne peut se faire sans reviviscence affective, qui accompagne nécessairement la remémoration et la verbalisation nécessaires à la prise de conscience.

Sans la reviviscence émotionnelle, la remémoration reste incomplète, purement idéative, isolée du contexte affectif de l'expérience autrefois vécue, ce qui ne permet plus au sujet de faire face à une vraie situation traumatique<sup>9</sup>.

La reviviscence *émotionnelle* s'oppose ainsi à la remémoration *intellectuelle*. Toutes deux sont cependant pareillement indispensables, et elles se complètent : on retrouve la tension entre le lâcher-prise, essentiel pour faire disparaître les résistances, et l'intellectualisation, nécessaire à la prise de conscience ; la tension entre le dionysiaque et l'apollinien<sup>10</sup>. Ainsi la participation totale au souvenir revécu est inévitablement suivie d'une mise à distance impliquant l'analyse, l'interprétation et la prise de conscience. L'une sans l'autre n'est pas cathartique.

On retrouve la même problématique au théâtre, et nous verrons plus loin à quel point, notamment dans le théâtre contemporain, les différents paramètres de la psychanalyse freudienne peuvent s'appliquer un à un au théâtre et à sa réception.

## 2.3 LA MODIFICATION DU MOI

Autre caractéristique fondamentale, peut-être la plus définitoire de la notion : la catharsis, pour mériter ce nom, doit induire une véritable modification intrinsèque chez la personne visée. Il ne s'agit pas simplement de rendre au patient ses souvenirs refoulés, mais bien de changer sa personnalité. Cette idée, moins présente dans les débuts de la méthode cathartique, prend surtout de l'ampleur dans la pensée de Freud autour de 1919 : « La guérison n'apparaît plus déterminée par la levée de l'amnésie, mais découle des modifications de la personnalité que la thérapeutique peut et doit entraîner. »<sup>11</sup>

De là le rejet de pseudo-catharsis dites « d'évasion », qui menacent à la fois le spectateur de théâtre et le sujet d'une psychanalyse, puisque n'amenant justement pas la transformation nécessaire à une certaine forme de renaissance. Une pseudo-catharsis qui n'est toutefois pas sans vertus :

---

<sup>8</sup> Barrucand, *Op.cit.* p. 185.

<sup>9</sup> *Ibid.*, p. 237.

<sup>10</sup> Cf. point.3.3.

<sup>11</sup> *Ibid.*, p. 217.

L'évasion (qui est tout le contraire d'une prise de conscience) n'est donc qu'une méthode palliative, une pseudo-catharsis, qui, justement, est souvent utilisée lorsqu'une catharsis véritable apparaît impossible, ou trop difficile à réaliser, ou même manquée.<sup>12</sup>

La prise de conscience est en effet l'une des notions-clé de la psychanalyse, dont le but final est de « transformer l'inconscient en conscient »<sup>13</sup>. Quant au théâtre, cela varie beaucoup d'une époque à l'autre, et même selon les individus. Il en sera question en détail plus loin, mais Dominique Barrucand résume la chose ainsi :

Le théâtre a cette particularité de permettre une participation relative du spectateur, qui est venu avec le désir, conscient ou non, de devenir autre ; c'est là chose possible [...], car le théâtre est un des procédés cathartiques, et Aristote nous montrera que la tragédie en est la forme la mieux adaptée.<sup>14</sup>

D'autres paramètres plus variables, comme la notion de sacrifice ou de souffrance, l'idée de rite de passage mais aussi de déculpabilisation, accompagnent de manière moins linéaire la définition de la catharsis. Mais en règle générale, nous adoptons la définition proposée par Dominique Barrucand, qui a l'avantage de concerner tant le théâtre que la psychanalyse, et de rassembler les principales caractéristiques isolées ci-dessus :

La catharsis correspond à une modification de la structure de la personnalité (avec « purification spirituelle »), liée à la prise de conscience d'un état psycho-affectif conflictuel refoulé, revécu, par exemple à l'occasion d'une représentation dramatique ou d'une psychothérapie.<sup>15</sup>

Elle implique ainsi plusieurs étapes : la reviviscence d'un état psycho-affectif refoulé, la prise de conscience et le changement favorable de la personnalité.

### 3 CATHARSIS ET THÉÂTRE : QUELQUES JALONS HISTORIQUES

---

#### 3.1 PLATON : LES PRÉMISSSES DE L'OPPOSITION ENTRE APOLLINISME ET DYONYSISME

Platon met en garde contre le danger du poème dramatique, résidant dans l'absence de prise de distance due à l'imitation des personnages et des actions – problème qui n'apparaît pas dans le poème épique, où l'auteur conserve son identité propre en étant simple narrateur. Cette absence de distance finit par conduire à la contamination de l'acteur par le personnage. Contamination qui peut aller jusqu'à toucher le spectateur. Pire : celui-ci y prend du plaisir.

Quand en effet les meilleurs d'entre nous prêtent l'oreille à Homère, ou à un autre faiseur de tragédies, en train d'imiter quelque héros dans la douleur qui débite une longue tirade entrecoupée de gémissements, ou d'autres qui chantent en se cognant la poitrine, tu sais que nous aimons cela, que nous nous laissons aller à la suivre avec sympathie et que nous louons sérieusement comme un bon poète celui qui sait le plus nous placer dans de telles dispositions.<sup>16</sup>

---

<sup>12</sup> Barrucand, *Op.cit.* p. 30.

<sup>13</sup> *Ibid.* p. 217.

<sup>14</sup> *Ibid.* p. 33.

<sup>15</sup> *Ibid.* p. 95.

<sup>16</sup> Platon, *La République – Du régime politique*, in Haumesser, Matthieu (dir.), *Philosophie du théâtre*, Paris, Librairie philosophie J. Vrin, 2008, p. 114.

Mais il y a plus grand danger encore : le théâtre nous pousse à croire aux apparences. Non que nous imaginions que les acteurs sont des personnes réelles ; c'est le contenu des actions et surtout le jugement, laissé libre aux personnages en raison de l'absence d'intervention du poète, qui pose problème :

Face à un malheur, deux attitudes sont possibles [...] l'une, correspondant au désir sensible et immédiat, consiste à se laisser aller simplement à la souffrance, à la ressasser encore et encore ; l'autre, correspondant à l'élément rationnel, consiste à réfléchir à ce qui est arrivé, à contenir son chagrin, et à rechercher activement les meilleurs moyens de sortir du malheur. Or, entre ces deux attitudes, le théâtre, avec le manque de recul qui le caractérise, tend naturellement à privilégier la première, parce qu'elle est la plus spectaculaire.<sup>17</sup>

Ici se dessine donc déjà l'opposition entre la tendance apollinienne (réflexion) et la tendance dionysiaque (abandon). Platon se situe clairement du côté de la première : le rationnel doit l'emporter sur l'émotionnel. A cet égard, la parole joue un rôle fondamental, et les dialogues de Socrate en sont la preuve : celui-ci interroge, libère la parole. On trouve déjà le fondement de la verbalisation qui sera si chère à Freud :

Qui n'a plus de langage perd son identité elle-même ; la maïeutique cherche à lui rendre, en délivrant l'âme de la pesanteur de la gestation ; le but est donc, ici, d'extérioriser une intériorité en quelque sorte refoulée. [...] Socrate, le premier psychanalyste, va donner, ou plutôt rendre [le langage] à ceux qui viennent le trouver.<sup>18</sup>

Pour Platon, Apollon est l'*Apo-louôn*, celui qui lave les souillures. L'approche platonicienne de la catharsis est ainsi purement spirituelle et intellectuelle, et le Grec condamne d'ailleurs les rites dionysiaques : « Dans la pensée platonicienne, la catharsis, en effet, ne peut se faire par le geste ou la vocifération, mais bien par le verbe, logiquement ordonné ou même récité, comme dans la prière. »<sup>19</sup>

On remarquera le paradoxe de Platon, qui met en garde contre la forme dramatique tout en l'utilisant lui-même pour ses dialogues – qui sont bel et bien constitués de suite de répliques, et non narrés. Son but est en effet de subordonner l'imitation théâtrale à des normes idéales, « qui la guideraient et lui donneraient du sens, au-delà des apparences »<sup>20</sup>. Toutefois, cela reste de l'ordre de l'idéal, d'un désir inassouvi, « sa satisfaction restant enfouie sous la diversité des apparences (tout comme Platon reste *effacé* derrière le personnage de Socrate). »<sup>21</sup>

### 3.2 ARISTOTE : LA POÉTIQUE

S'opposant à Platon, Aristote considère le fait d'imiter non comme quelque chose qui nous éloignerait du vrai, mais comme un plaisir qui s'explique par notre désir naturel de connaissance : « Si on prend plaisir à voir des représentations, c'est parce qu'il arrive qu'en contemplant on apprend et raisonne sur chaque chose. »<sup>22</sup> Le théâtre est donc fondamentalement l'imitation d'une action par

---

<sup>17</sup> Haumesser, Matthieu (dir.), *Philosophie du théâtre*, Paris, Librairie philosophie J. Vrin, 2008, p. 14.

<sup>18</sup> Barrucand, *Op.cit.* p. 37.

<sup>19</sup> *Ibid.* p. 37.

<sup>20</sup> Haumesser, *Op.cit.* p. 30.

<sup>21</sup> *Ibid.* p. 30.

<sup>22</sup> Aristote, *Op.cit.*

des personnages eux-mêmes agissants, qui permet d'approcher une certaine vérité. Chez Aristote, les faits et leur enchaînement, l'intrigue, est ce qui guide tout le reste : les caractères des personnages ne sont que conséquences de leurs actions. Or, celles-ci comportent forcément quelque chose d'imprévisible et d'indéterminé – ce qui fait du théâtre un art *vivant*. Il ne s'agit donc pas d'imiter un quelconque modèle idéal, mais d'imiter l'action qui *révélera* les comportements et les caractères humains des personnages, lesquels sont indissociables des apparences.

Mais la tragédie se définit également, chez Aristote, par sa fin : la catharsis. En cela, elle n'a ni vocation d'instruire ni de divertir, mais de guérir. Nous l'avons dit, la notion de catharsis est plutôt ambiguë chez Aristote, et ce sont surtout ses commentateurs qui lui ont donné du sens. L'interprétation classique est d'abord morale : « En donnant à voir le résultat funeste des "mauvaises passions", le spectacle tragique purgerait – ou guérirait – le spectateur de ces mêmes passions. »<sup>23</sup>

Puis, dès le XVII<sup>e</sup> siècle, une autre interprétation voit le jour<sup>24</sup> : elle part du principe que nous avons de toute façon *besoin* de ressentir de la crainte et de la pitié. La tragédie nous permettrait donc de les éprouver *tout en sachant* que ce à quoi nous assistons n'est pas la réalité, mais une représentation fictive de celle-ci. Le drame agit alors comme traitement homéopathique, déchargeant certaines humeurs « dont une concentration excessive constituerait la cause du trouble pathologique »<sup>25</sup>. A ceci, il faut ajouter le fait que nous pouvons éprouver ces passions en étant dénué de tout sentiment de culpabilité, et donc en retirer du plaisir. Plaisir qui est aussi induit par la valeur esthétique d'un art qui rend agréable à la vue ce qui, dans la réalité, nous paraîtrait atroce : « Nous avons plaisir à regarder les images les plus soignées des choses dont la vue nous est pénible dans la réalité, par exemple d'animaux parfaitement ignobles ou de cadavres. »<sup>26</sup> La catharsis substitue donc du plaisir à de la peine, en transposant le trouble du spectateur en une joie esthétique :

L'effroi et la pitié que nous éprouvons au spectacle tragique, précisément parce qu'ils sont suscités par une représentation artistique, ne sont plus des émotions violentes, comme celles de la vie ; elles ont été déchargées de leur force nocives, et ce sont des émotions esthétiques, à la source d'une « joie sereine ». <sup>27</sup>

La catharsis ainsi conçue repose sur l'identification : pour cette raison, le héros tragique ne doit ni être trop bon, ni trop méchant : « Nous avons pitié de ceux que nous voyons souffrir d'un malheur qu'ils ne méritent pas, et nous craignons qu'il ne nous en arrive un pareil quand nous le voyons souffrir à nos semblables. »<sup>28</sup> A l'origine de sa chute, une *faute* : « L'homme, sans être éminemment vertueux et juste, tombe dans le malheur, non en raison de sa méchanceté et de sa perversité, mais à la suite de l'une ou l'autre erreur qu'il a commise. »<sup>29</sup>

---

<sup>23</sup> Vives, *Op.cit.* p. 23.

<sup>24</sup> *Ibid.*

<sup>25</sup> *Ibid.*

<sup>26</sup> Aristote, *Op.cit.*

<sup>27</sup> Barrucand, *Op.cit.* p. 71.

<sup>28</sup> Aristote, *Op.cit.*

<sup>29</sup> *Ibid.*

Cette idée de faute à l'origine d'un trouble sera reprise par Freud dans son texte *Personnages psychopathiques à la scène* : « Dans ce texte, Freud avance que l'inconscient est le lieu où le désir s'humanise en raison d'une faute et c'est par la voie de l'actualisation dans la représentation de cette faute qu'opèrerait la catharsis. »<sup>30</sup> L'aspect médical de la catharsis sera également largement repris par Freud dès les débuts de la méthode cathartique – où le déclenchement de crises sous hypnose pour guérir l'hystérie fait écho à la représentation théâtrale pour guérir des passions – jusqu'à l'aboutissement de la pensée psychanalytique.

### 3.3 NIETZSCHE : APOLLON ET DIONYSOS

« La tragédie, c'est le chœur dionysiaque qui se détend en projetant hors de lui un monde d'images apolliniennes. »<sup>31</sup>

C'est à Nietzsche que nous devons la définition de ces deux tendances artistiques placées sous le patronage d'Apollon et Dionysos – bien que de multiples interprétations, qui ne lui appartiennent pas, en ont découlé par la suite.

L'homme apollinien est celui qui prend plaisir aux apparences, tout en gardant conscience qu'il s'agit d'apparences :

Toute la « divine comédie » de la vie, enfer compris, [...] se joue devant lui, non pas seulement comme un théâtre d'ombres – car il vit et éprouve ces scènes – et cependant pas non plus sans la fugitive impression qu'il n'y a là qu'apparence. Et peut-être quelqu'un se rappellera-t-il comme moi, s'être écrié en guise d'encouragement, au milieu des dangers et des effrois du rêve : « C'est un rêve ! Je veux continuer à le rêver ! » [...] Cette joyeuse nécessité du rêve a de la même manière été exprimée par les Grecs dans leur Apollon : Apollon, en tant que dieu de toutes les forces créatrices d'images, est en même temps le dieu qui dit vrai.<sup>32</sup>

Calme, sage, Apollon se doit d'avoir l'œil « solaire », et de garder la grâce de la belle apparence, « même lorsqu'il est chargé de colère et de mauvaise humeur »<sup>33</sup>. C'est l'homme individuel et individué : « l'on désignerait volontiers Apollon lui-même comme la splendide image divine du *principii individuationis*. »<sup>34</sup>

A l'opposé, l'homme dionysiaque est celui qui perd toute subjectivité, qui s'oublie lui-même. Abandonnant toute mise à distance, tout raisonnement rationnel, il se confond à la fois avec la foule et la nature, participant à quelque chose qui le dépasse :

Que ce soit par l'influence du breuvage narcotique, que tous les hommes et les peuples primitifs célèbrent dans leurs hymnes, ou que ce soit par la violente approche du printemps, lorsque la nature tout entière bruisse d'une poussées de désir, ces émotions dionysiaques s'éveillent, et lorsqu'elles montent, le subjectif est bientôt complètement oublié. [...] En chantant et en dansant, l'homme exprime son appartenance à une communauté plus haute. Il a désappris à marcher et à parler, il est

---

<sup>30</sup> Vives, *Op.cit.* p.28.

<sup>31</sup> Nietzsche, Friedrich, *La Naissance de la tragédie*, cité par Barrucand, *Op.cit.* p. 33.

<sup>32</sup> Nietzsche, Friedrich, *La Naissance de la tragédie*, in Haumesser, *Op.cit.* p. 254.

<sup>33</sup> *Ibid.* p. 254.

<sup>34</sup> *Ibid.* p. 255.

parti pour s'envoler en dansant dans les airs. [...] L'homme n'est plus artiste, il est devenu œuvre d'art.<sup>35</sup>

Contrairement à Platon, Nietzsche ne voit rien d'idéal dans la réalité ; celle-ci n'a pas de sens, et c'est ce qu'exprime la tragédie. Sous les apparences, il n'y a donc que du non-sens, « et c'est le besoin de se livrer à ce non-sens fondamental que Nietzsche appelle *dionysiaque*. »<sup>36</sup> La tragédie est alors vue comme la manière, pour les Grecs, de se livrer au dionysiaque, tout en utilisant la médiation des apparences apolliniennes. La catharsis réside dans l'association de ces deux univers, entre la possession dionysiaque et la sérénité du regard apollinien – Apollon et Dionysos sont d'ailleurs tous deux les fils de Zeus.

L'art est capable de convertir ces pensées de dégoût sur ce qu'il y a d'effroyable et d'absurde dans l'existence en représentations avec lesquelles l'on peut vivre ; ces représentations sont le *sublime*, comme maîtrise artistique de l'effroyable, et le *comique*, comme maîtrise artistique de l'absurde. Le chœur satyrique du dithyrambe est l'événement salvateur de l'art grec ; au contact du monde intermédiaire de ces compagnons de Dionysos, les accès de dégoût que nous venons de décrire disparaissent.<sup>37</sup>

Dieu du vin et du théâtre, Dionysos est célébré dans les « fureurs sacrées » d'Achille ou d'Ajax chez les Grecs, mais aussi dans la fureur des Berseks scandinave, ou encore chez les Indiens dans la course d'Anok – où le sujet, possédé, tue (pour les sauver) tous ceux qu'il rencontre jusqu'à ce qu'on le tue lui-même. On retrouve souvent dans le culte dionysiaque, extrême et orgiaque, le mythe cathartique du rite de passage, d'une mort pour une nouvelle naissance (Dionysos lui-même est né deux fois). Le lien au théâtre est omniprésent, et la participation s'étend à l'ensemble de l'audience – il n'y a plus de public face à des comédiens :

Ce qui appartient spécifiquement à Dionysos, c'est sa double attribution de la vigne et du théâtre ; rien ne sépare fondamentalement, en effet, aux yeux des Grecs, les deux fonctions divines : l'extase du vin et celle du verbe ; au cours des représentations dramatiques d'Athènes [...] on assistait à un déchaînement total du verbe et, dans ces cultes orgiastiques de Dionysos, officiants et fidèles, sous l'emprise du dieu possesseur, s'abandonnaient au délire verbal, à l'« enthousiasme », témoignant de la puissance de la divinité ; si ces manifestations débordent la simple abréaction, c'est que, à travers les fidèles, le dieu lui-même parle, ce qui accorde à la parole, extatique ou prophétique, une valeur supérieure.<sup>38</sup>

La catharsis passe donc ici par la possession plus que par l'épuration, par le vécu plutôt que par la réflexion. Elle est fondée sur la participation du sujet. « C'est surtout par les thèmes de l'improvisation, de la participation et de la possession qu'elle a, sur l'histoire du théâtre et jusqu'à nos jours, une influence indéniable qui va nous permettre de retrouver en elle les fondements mêmes du psychodrame. »<sup>39</sup>

On remarquera donc qu'il s'agit ici d'une catharsis touchant l'acteur davantage que le spectateur, puisqu'elle sous-entend la participation active du sujet. Cet état de fait a tendance à être remis en

---

<sup>35</sup> *Ibid.* p. 255-257.

<sup>36</sup> Haumesser, *Op.cit.* p. 56.

<sup>37</sup> Nietzsche, *Op.cit.*

<sup>38</sup> Barrucand, *Op.cit.* p. 41.

<sup>39</sup> *Ibid.* p.44.

cause avec l'évolution récente du théâtre, qui ne cesse d'interroger la place du public dans la représentation théâtrale<sup>40</sup>. Mais même à l'époque de Nietzsche, la participation du spectateur reste possible via la projection ou l'identification. Pour le philosophe allemand, le rôle du chœur grec est primordial à cet égard :

Le chœur, à son premier stade dans la tragédie primitive, est l'image que l'humanité dionysiaque aperçoit d'elle-même... le phénomène du chœur tragique est le phénomène dramatique primitif, qui consiste à se voir métamorphosé, et à agir désormais comme si l'on était vraiment entré dans un autre corps, dans un autre personnage.<sup>41</sup>

En libérant l'esprit dionysiaque par l'enthousiasme, en incorporant puis délivrant le dieu, le rite dionysiaque peut donc se révéler cathartique, « à condition qu'une part soit faite à la tendance apollinienne, faute de quoi on aboutit à l'*hubris* théâtrale, et par exemple au *happening*, qui permet, certes, une abréaction, mais sûrement pas une catharsis, dont les effets durables doivent se fonder sur un changement de la personnalité. »<sup>42</sup> A nouveau l'on constate que les deux tendances, bien que diamétralement opposées, sont inséparables.

Ainsi le moment de la catharsis ne peut être précisé : il est dans l'instant (dionysiaque), et il est dans le prolongement de l'instant (apollinien) ; nous dirons plus loin, en langage psychanalytique, qu'il est dans le vécu et dans la perlaboration. [...] Ces deux mondes, affectif et intellectuel, dionysiaque et apollinien, se rencontrent et s'interpénètrent pour permettre la catharsis.<sup>43</sup>

Par la suite cependant, Nietzsche reverra totalement sa vision du théâtre. Dans le *Gai savoir*, il prend conscience des méfaits d'un art qui enivre, agissant comme un narcotique – on retrouve alors la notion de pseudo-catharsis d'évasion. L'art chercherait ainsi à nous faire oublier la vie : « Comment ? On offre à la taupe des ailes et des fictions qui flattent son orgueil – juste avant qu'elle n'aille se coucher, avant qu'elle ne rampe dans son terrier ? »<sup>44</sup> Les spectateurs sont alors vus comme passifs, incapables « de pensée et de passion – mais d'*ivresse* ! Et *celles-là* comme un moyen pour celle-ci ! »<sup>45</sup>. En effet, « celui qui est lui-même comme un Faust ou un Manfred, en quoi a-t-il besoin des Faust et des Manfred du théâtre ? »<sup>46</sup>

### 3.4 LE DIONYSIAQUE : ARTAUD ET LE THÉÂTRE DE LA CRUAUTÉ

Antonin Artaud écrit *Le théâtre et son double* en 1938, alors qu'il est interné. Il y instaure la peste comme l'un des doubles du théâtre et pareillement cathartique, par sa surabondance de vice amenant la purification. Une forme d'exorcisme, essentiel pour passer d'un état à un autre.

Si le théâtre essentiel est comme la peste, ce n'est pas parce qu'il est contagieux, mais parce que, comme la peste, il est la révélation, la mise en avant, la poussée vers l'extérieur d'un fond de cruauté latente, par lequel se localisent, sur un individu ou sur un peuple, toutes les possibilités perverses de

---

<sup>40</sup> Cf. point 5.

<sup>41</sup> Nietzsche, *Op.cit.*

<sup>42</sup> Barrucand, *Op.cit.* p.47.

<sup>43</sup> *Ibid.*, p.93.

<sup>44</sup> Nietzsche, Friedrich, *Le Gai savoir*, trad. P. Wotling, Paris, GF-Flammarion, 1997 [1882], § 86.

<sup>45</sup> *Ibid.*

<sup>46</sup> *Ibid.*

l'esprit. [...] Il semble que, par la peste, et collectivement, un gigantesque abcès, tant moral que social, se vide ; et, de même que la peste, le théâtre est fait pour vider collectivement des abcès. [...] Le théâtre, comme la peste, est une crise qui se dénoue par la mort ou la guérison. [...] L'action du théâtre, comme celle de la peste, est bienfaisante, car, poussant les hommes à se voir tels qu'ils sont, elle fait tomber le masque [...] et, révélant à des collectivités leur puissance sombre, leur force cachée, elle les invite à prendre en face du destin une attitude héroïque et supérieure qu'elles n'auraient jamais eue sans cela.<sup>47</sup>

En parlant de conflits « qui dorment en nous », réveillés par la représentation théâtrale, accompagnés par la nécessaire passivité du public – « une vraie pièce de théâtre libère l'inconscient comprimé, pousse à une sorte de révolte virtuelle, et qui d'ailleurs ne peut avoir son prix que si elle demeure virtuelle »<sup>48</sup> –, Artaud se rapproche par bien des points de la psychanalyse.

Grandement influencé par le théâtre oriental, Artaud condamne par ailleurs le théâtre « psychologique » occidental, théâtre de parole auquel il oppose les moyens d'expression, le vocabulaire, spécifiques à la mise en scène. Gestes, musique, costumes, décor, éclairage, ne doivent en aucun cas être subordonnés au texte. Lesquels, moins explicatifs que les mots, peuvent laisser les idées métaphysiques faire leur chemin dans l'esprit des spectateurs. Le créateur Artaud accomplit en fait sa propre catharsis – « il ne vise que son salut »<sup>49</sup> – tout en cherchant à charmer le spectateur par les moyens propres de la mise en scène et par une action ramenée à un « jet sanglant d'images » à valeur cathartique :

Quels que soient les conflits qui hantent la tête d'une époque, je défie bien un spectateur à qui des scènes violentes auront passé leur sang, qui aura vu en un éclair dans des faits extraordinaires les mouvements extraordinaires et essentiels de la pensée – la violence et le sang ayant été mis au service de la violence et de la pensée – je le défie bien de se livrer au dehors à des idées de guerre, d'émeute et d'assassinats hasardeux.<sup>50</sup>

Et pourtant l'audience, pendant le temps de la représentation, doit être ravie par « un théâtre qui produit des transes, [...] qui s'adresse à l'organisme avec des moyens précis, et avec les mêmes moyens que les musiques de guérison de certaines peuplades... »<sup>51</sup> Le résultat en est un homme nouveau, jusque dans sa chair : « L'acte dont je parle vise à la transformation organique et physique vraie du corps humain. »<sup>52</sup>

On retrouve donc chez Artaud les trois notions fondamentales d'une catharsis résolument dionysiaque – revécu, participation active et modification de la personnalité –, avec cependant une certaine notion de prise de conscience qui penche du côté apollinien.

---

<sup>47</sup> Artaud, Antonin, *Le théâtre et son double*, in *Œuvres*, Paris, Gallimard, 2004 [1938].

<sup>48</sup> *Ibid.*

<sup>49</sup> Barrucand, *Op.cit.* p.125.

<sup>50</sup> Artaud, *Op.cit.*

<sup>51</sup> *Ibid.*

<sup>52</sup> *Ibid.*

### 3.5 L'APOLLINIEN : BRECHT ET L'ESPRIT CRITIQUE

A l'exact opposé, Brecht fait l'apologie de l'esprit critique au détriment du vécu. L'acteur lui-même ne doit pas s'identifier à son personnage, mais le juger et le critiquer, via l'effet de distanciation. L'abandon du quatrième mur, et donc l'adresse directe au public, en est le symptôme le plus visible.

Le pouvoir du théâtre ainsi maîtrisé, libéré de tout effet d'illusion, permet de faire évoluer les consciences :

Si, par le théâtre, l'homme imite l'homme, ce n'est pas pour se complaire dans une situation humaine donnée (ce serait du théâtre bourgeois), mais au contraire, en suscitant l'étonnement et l'attitude critique, pour amorcer le mouvement d'une maîtrise par l'homme de sa propre condition.<sup>53</sup>

Brecht répond ainsi aux craintes de Platon, et cherche avec lui à tirer parti du pouvoir théâtral pour le mettre au service des Idées. Il se rapproche en cela des théories de Diderot, qui recommandait à l'acteur, dans son *Paradoxe sur le comédien*, d'être un « spectateur froid et tranquille »<sup>54</sup> de son propre rôle, après avoir défendu l'idée d'un « drame sérieux » dans son *Discours sur la poésie dramatique*. Ledit drame, à mi-chemin entre la comédie et la tragédie, représente « l'homme comme il faut », avec son caractère mesuré et réfléchi, et discutant des « points de morale les plus importants »<sup>55</sup>.

Imitation d'un idéal et non de la réalité sensible pour Diderot, mise en scène destinée à éveiller l'esprit critique du spectateur et de l'acteur chez Brecht, nous sommes ici loin du théâtre de l'enthousiasme ou de l'inspiration. L'on s'éloigne également de la psychanalyse qui, malgré la nécessité de la prise de conscience – et peut-être que le théâtre de Brecht induit bel et bien une modification de la personnalité –, puise sa force dans le vécu pour faire ressurgir l'inconscient.

## 4 CATHARSIS ET PSYCHANALYSE

---

### 4.1 FREUD ET BREUER : LA MÉTHODE CATHARTIQUE

Comme mentionné plus haut, c'est à Freud et Breuer que l'on doit le terme de « méthode cathartique », à l'époque des *Etudes sur l'hystérie*. L'ouvrage, tout en prolongeant l'hypnothérapie héritée de Charcot et Bernheim, contient en germe les fondements de la psychanalyse<sup>56</sup>. Laplanche et Pontalis définissent ainsi la méthode cathartique :

Méthode de psychothérapie où l'effet thérapeutique cherché est une « purgation » (catharsis), une décharge adéquate des affects pathogènes. La cure permet au sujet d'évoquer ou même de revivre les événements traumatiques auxquels ces affects sont liés et d'abréagir ceux-ci. Historiquement, la méthode cathartique appartient à la période (1880-1895) où la thérapie psychanalytique se dégage progressivement à partir de traitements opérés sous hypnose.<sup>57</sup>

---

<sup>53</sup> Haumesser, *Op.cit.* p. 29.

<sup>54</sup> Diderot, Denis, *Le Paradoxe du comédien*, in *Ecrits sur le théâtre*, A. Ménil (éd.), Paris, Pocket, 1995 [1770].

<sup>55</sup> Diderot, Denis, *Discours sur la poésie dramatique*, in *Ecrits sur le théâtre*, I, A.Ménil (éd.), Paris, Pocket, 1995 [1758], p.166.

<sup>56</sup> Le terme même de psychanalyse n'apparaît qu'en 1896 chez Freud.

<sup>57</sup> Laplanche, Jean et Pontalis, Jean-Bertrand, *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris, Presses universitaires de France, Bibliothèque de la Psychanalyse, 1967.

L'hystérie y est alors vue comme conséquence d'un événement unique et traumatique, refoulé, qu'il s'agit de faire revivre grâce à l'hypnose pour établir le lien perdu entre le traumatisme et la névrose. En effet, le souvenir est chargé d'affect s'il n'y a pas eu décharge suffisante lors de l'événement-même – par exemple par les larmes ou la vengeance. Si la réaction est réprimée, l'affect reste lié au souvenir, et le patient souffre de réminiscences. Une fois le lien rétabli entre souvenir et névrose, le sujet peut le décrire verbalement. Le symptôme qui y était lié disparaît alors, et le patient est guéri. La parole revêt donc une importance extrême, et annule le besoin de vengeance. En effet :

L'être humain trouve dans le langage un équivalent de l'acte, équivalent grâce auquel l'affect peut être abrégé à peu près de la même façon. Dans d'autres cas, ce sont les paroles elles-mêmes qui constituent le réflexe adéquat, par exemple les plaintes, la révélation d'un secret pesant (confession).<sup>58</sup>

Dans le dernier article des *Etudes sur l'hystérie* consacré au traitement, Freud distingue trois types d'hystérie : hypnoïde (liée à l'état psychique du sujet), de rétention (liée à l'environnement social qui l'oblige à réprimer sa réaction) et de défense (liée au refoulement du souvenir). C'est essentiellement pour la troisième que convient la méthode cathartique, et c'est dans cette voie qu'il s'engagera par la suite. Mais Freud y fait aussi le constat que le mécanisme de la méthode peut dépasser le champ de l'hystérie, puisqu'il a pu guérir des névrosés souffrant d'autres maux. Il se détachera ensuite progressivement de l'hypnose, ne l'utilisant dans un premier temps que pour la remémoration, puis lui substituant la suggestion et finalement les associations libres.

## 4.2 LA PSYCHANALYSE FREUDIENNE

Il n'est pas lieu ici de retracer l'évolution de la pensée freudienne, qui se construit progressivement depuis 1895. L'essentiel est de constater qu'il conserve la théorie cathartique en son centre :

Quels que soient les changements subis par la psychanalyse, rien n'empêchera qu'elle est directement issue de la méthode cathartique de Breuer et Freud, et que le fait cathartique, aujourd'hui comme hier, reste sa caractéristique essentielle, en même temps que sa fin première, que l'on cherche encore à obtenir sans bien toujours en comprendre la genèse. Comme l'écrit Ibor<sup>59</sup> : « La psychanalyse se montre, en fin de compte, comme une tentative formidable de rationalisation de ce fait surprenant qu'est la catharsis. »<sup>60</sup>

Cette fameuse catharsis est le résultat, dans la psychanalyse freudienne, de plusieurs facteurs qui l'empêchent ou la favorisent. Souvent, la catharsis est confondue avec l'abréaction, qui n'est que l'un de ses paramètres – car n'aboutissant pas forcément à un changement de personnalité. La catharsis véritable est en fait moins une technique ou un moyen qu'un résultat ; celui d'un processus de longue haleine visant à faire baisser les résistances et aboutissant à un changement de personnalité via la perlaboration. Ce sont ces différents paramètres que nous allons aborder maintenant.

Parmi les éléments perturbateurs, on retrouve l'**acting out** – tout acte faisant obstacle à la cure en marche et maintenant le refoulement (comme se lever, sortir de la pièce) –, ainsi que diverses formes de **résistances**. Freud en distingue cinq : trois résistances du Moi – le refoulement, le transfert (qui réanime un refoulement qui ne serait sinon que remémoré) et les bénéfiques secondaires de la maladie comme la satisfaction ou le soulagement qu'elle peut apporter ; une

---

<sup>58</sup> Freud, Sigmund et Breuer, Josef, *Etudes sur l'hystérie*, trad. A. Berman, Paris, Presses universitaires de France, Bibliothèque de la Psychanalyse, 1967 [1895].

<sup>59</sup> Ibor, Juan Lopez, « Catharsis et transfert », in *Psyché*, n°8, 1953, p.248-251.

<sup>60</sup> Barrucand, *Op.cit.* p.223.

résistance du Ça – qui instaure des difficultés même après la prise de conscience ; et une résistance du Sur Moi – issue du sentiment de culpabilité ou du besoin de punition, et s’opposant donc au succès et à la guérison.

La **régression** et le **transfert** sont, pour leur part, à la fois nécessaires et sources de difficultés. Ils sont en effet nécessaires pour revivre des situations, mais peuvent également agir comme écran contre le passé, actualisant sans cesse « un vécu qui refuse de s’intellectualiser et qui peut tout au plus s’agir »<sup>61</sup>. Le transfert est donc utile – car les souvenirs seuls ne suffisent pas, même verbalisés : il faut en faire l’expérience pour qu’ils deviennent cathartiques –, mais à condition d’en sortir par la prise de conscience.

L’**abréaction**, nous l’avons vu, est fréquemment confondue avec la catharsis. Or certaines abréactions ne sont pas libératrices. Toujours spontanée, résultat d’un élan dionysiaque, d’une pulsion du Ça, elle ne conduit pas forcément à la prise de conscience. Son effet est nul si la personnalité reste inchangée. Par contre la catharsis passe souvent par l’abréaction – surtout chez les plus dionysiaques.

De leur côté, la **reviviscence affective**, la **remémoration** et la **verbalisation** revêtent une importance particulière : comme mentionné plus haut, s’il n’y a que remémoration intellectuelle, la catharsis est incomplète. Il y a plusieurs façons de revivre le passé : le passé vécu comme tel, le passé-présent, qui *remplace* le présent, ou le passé *dans le présent*, où les deux états se côtoient. Le sujet peut alors revivre complètement une situation passée, en ayant réellement l’impression d’y être, tout en conservant la conscience d’être dans un présent – un peu comme ce rêveur qui sait qu’il rêve évoqué par Nietzsche. Cela conduit à une sorte de dédoublement de la personnalité, qui n’est pas sans évoquer la figure du comédien :

Dans certains cas [...] il s’agit d’un passé dans le présent, sans abolition du présent. Ceci se voit dans les cas de double personnalité, ou double conscience simultanée. [...] On a là une situation un peu comparable à celle du comédien, dont le véritable paradoxe est de pouvoir associer, parfois, le vécu du personnage joué et celui de la personne jouant, celui-là pouvant être, consciemment ou non, modifié par celle-ci.<sup>62</sup>

La neurochirurgie s’est d’ailleurs emparée du problème par la suite, et Penfield et Milner<sup>63</sup> ont défini en 1958 le « souvenir précis » (réactivé par la stimulation d’une certaine partie du cerveau, et qui donne l’impression au sujet de revivre *réellement* une situation passée), et le souvenir « de généralisation », issu d’une remémoration *volontaire*. Les deux sont nécessaires à la catharsis – et l’on retrouve, une fois encore, la complémentarité entre participation dionysiaque et conscience apollinienne – tout comme la verbalisation, qui amène la prise de conscience. Cette dernière se doit toutefois, pour qu’il y ait catharsis, d’être spontanée, et non prévue et organisée par le patient :

L’incapacité où sont les malades d’exposer avec ordre l’histoire de leur vie, en tant qu’elle correspond à l’histoire de leur maladie, n’est pas seulement caractéristique de la névrose, elle revêt aussi une grande importance théorique.<sup>64</sup>

---

<sup>61</sup> *Ibid.* p.232.

<sup>62</sup> Barrucand, *Op.cit.* p.241.

<sup>63</sup> *Ibid.*

<sup>64</sup> Freud, Sigmund, *Cinq psychanalyses*, trad. M. Bonaparte et M. Loewenstein, Paris, Presses universitaires de France, Bibliothèque de la Psychanalyse, 1967 [1909].

Quant à la **prise de conscience**, c'est une étape fondamentale de la cure. C'est le déclic qui guérit de patient de son refoulement, en ramenant dans le Moi les éléments perdus et en permettant à nouveau une conscience normale de la personnalité par la réintégration d'éléments inconscients dans le conscient. Le sujet gagne alors en énergie psychique et reconquiert l'énergie investie jusqu'ici dans les mécanismes de défense. Les **interprétations** du thérapeute, nécessaires pour amener petit à petit à cette prise de conscience, sont souvent fausses, mais permettent de susciter des chocs émotionnels féconds :

On a souvent tendance à penser que le choc émotionnel secondaire à l'interprétation est un bon critère de la justesse de l'interprétation (et donc de son pouvoir cathartique) ; en fait, il ne s'agit là que d'une illusion, car une interprétation fautive peut profondément ébranler et une interprétation juste peut ne déclencher [...] aucune résonance émotionnelle.<sup>65</sup>

Finalement, la **perlaboration** (*Durcharbeiten*), permise et préparée par l'interprétation, consiste en une lente usure des mécanismes de défense, qui ne cessent de se reformer et que l'on doit réattaquer. Il ne suffit donc pas d'expliquer au patient le sens de ses symptômes : le savoir passe par une modification intérieure du malade. Et ce changement ne peut être provoqué que par un long travail de perlaboration. Le terme français vient de Laplanche et Pontalis qui en donnent une définition plus claire que celle du terme allemand :

Processus par lequel l'analyse intègre une interprétation et surmonte les résistances qu'elle suscite. Il s'agirait là d'une sorte de travail psychique, qui permet au sujet d'accepter certains éléments refoulés et de se dégager de l'emprise des mécanismes répétitifs.<sup>66</sup>

La perlaboration est donc un travail portant à la fois sur l'intellect et sur l'affect, visant à faire tomber toutes les résistances, y compris celles du Ça qui subsistent même une fois tombées celles du Moi.

L'effet cathartique, s'il est réussi, amènera donc à un changement de structure dans la personnalité, qui peut être constaté via différents critères, comme la disparition des symptômes, bien sûr, mais aussi une meilleure adaptabilité sociale, une capacité à supporter les tensions et les frustrations, ou encore une diminution des inhibitions<sup>67</sup>.

La catharsis ainsi pensée s'éloigne par plusieurs aspects de la première utilisation qu'en ont faite Freud et Breuer : elle n'est plus liée à un seul événement traumatique mais à « un faisceau de conditions défavorables à l'épanouissement de la personnalité »<sup>68</sup>. Il ne faut donc plus éradiquer un souvenir traumatique, mais opérer des changements dynamiques, économiques et structuraux de la personnalité. L'analyste dispose pour cela de deux manières d'agir : la technique apollinienne de l'interprétation, et sa propre présence – nous avons peu parlé du transfert, qui reste cependant un pilier de la psychanalyse freudienne – instaurant un va-et-vient affectif interpersonnel qui permet de dépasser la technique apollinienne et d'aboutir à la perlaboration et à la catharsis. L'analyste est, en effet, un être humain, et ne peut agir de manière systématique et réglée. Ce dernier aspect éloigne la psychanalyse de la science, mais la rapproche de l'art.

---

<sup>65</sup> Barrucand, *Op.cit.* p. 251.

<sup>66</sup> Laplanche et Pontalis, *Op.cit.*

<sup>67</sup> Dominique Barrucand dresse une liste des principaux critères de guérison (p.256), qui sont toutefois tributaires de son époque, et donc sujets à discussion (on y trouve notamment la « satisfaction génitale hétérosexuelle »).

<sup>68</sup> Barrucand, *Op.cit.* p. 259.

## 5 CATHARSIS ET THÉÂTRE CONTEMPORAIN

---

Notion à la fois centrale et énigmatique, la catharsis fait partie de ces termes hérités des Antiques et qui ont traversé les siècles jusqu'à nous parvenir, s'adaptant au contact des différents contextes historiques, sociaux et culturels qui les ont redéfinis, chacun apportant sa pierre à l'édifice. Puisque la référence en matière de catharsis revient à Aristote et à sa *Poétique*, le lien avec le théâtre a toujours flotté dans un coin de sa définition, même une fois le terme récupéré par la psychanalyse. Qu'en est-il aujourd'hui ?

### 5.1 PERFORMANCE ET THÉÂTRE PERFORMATIF : LA MORT DE LA SUBLIMATION ESTHÉTIQUE

Tout un courant du spectacle contemporain tend à remettre en question le caractère fictif qui était jusqu'ici le propre de la représentation théâtrale. La performance, et sa rencontre avec les arts dramatiques – le théâtre dit « performatif » –, est en plein essor. Les directeurs du Festival d'Avignon, événement majeur des arts dramatiques, en faisaient ouvertement la ligne directrice de leur programmation en 2010. Cinq ans auparavant, cet angle était moins revendiqué mais bel et bien présent ; le festival de 2005 est d'ailleurs resté dans les annales comme celui du scandale, en raison du contenu des œuvres, souvent sombre, violent, voire gore<sup>69</sup>.

Avec le développement de la performance – qui tire ses origines directement des *happenings* des années 1960-1970 – et du théâtre qui lui est lié, l'enjeu de la représentation est en effet de rendre véritablement réel ce qui n'était qu'*effet de réel* :

Le but du jeu théâtral est bien, plus que jamais, de produire l'acte le plus intensément vivant possible. On peut y lire le désir d'une époque qui cherche au théâtre ce qu'elle trouve de moins en moins ailleurs : la présence non médiatisée, l'*effet réel*, celui-là même qu'implique la performance, et que je distingue radicalement de tout effet *de réel* (dans sa dimension mimétique).<sup>70</sup>

Cet aspect remet brutalement en question une certaine notion de la catharsis que nous avons évoquée plus haut. « Le poète doit procurer un plaisir qui provient de la pitié et de la frayeur et cela en les passant au tamis de la représentation »<sup>71</sup>, nous disait Jean-Michel Vives. Si ce qui se déroule devant les yeux du spectateur est réel, il n'y a plus de « tamis », et donc plus de déculpabilisation possible, plus de mise à distance, plus de sublimation esthétique. On retrouve alors quelque chose de l'ordre de la corrida ou des Jeux romains dans la performance<sup>72</sup>, où la catharsis est impossible bien qu'il puisse y avoir enthousiasme dionysiaque. En effet, les mouvements de foule favorisent la personnalité inconsciente, et font de la régression une fin et non un palier vers la catharsis<sup>73</sup> :

---

<sup>69</sup> Cf. Tackels, Bruno et Banu, Georges, *Le cas Avignon 2005*, Vic-la-Gardiole, éditions L'Entretemps, 2005.

<sup>70</sup> Danan, Joseph, « Écriture dramatique et performance », in *Communications*, n°92, janvier 2013, p. 183-191.

<sup>71</sup> Vives, *Op.cit.* p. 26.

<sup>72</sup> Angélica Liddell est probablement l'un des meilleurs exemples de ce nouveau théâtre, mettant souvent son propre corps en danger. Dans *Esta breve tragedia de la carne*, qui sera créé en septembre 2015 à La Bâtie (Genève), elle s'inspire de la poète américaine du XIX<sup>e</sup> siècle Emilie Dickinson qui fait souvent référence aux abeilles dans ses textes, et s'enfermera dans une boîte transparente remplie de ruches au risque de se faire piquer, alors qu'elle est allergique au venin d'abeille. Dans un tel contexte, la déculpabilisation n'est plus possible, et le public se rapproche alors de la foule assistant à une corrida, par exemple.

<sup>73</sup> *Panem et circenses*, disait Juvénal. La régression du peuple est parfois utile au pouvoir...

Quant à la catharsis dans les grands groupes, elle nous paraît un leurre ; on a en effet parfois tendance à confondre, dans les mouvements de foule, ce qui serait communication ou communion spirituelle, et ce qui n'est que régression instinctuelle. Le critère principal est en fait l'exaltation, ou la perte, de l'autonomie spirituelle, et il est dès lors clair que la catharsis ne peut être présente dans des grands groupes du type meeting, corrida, etc. : ici, en effet, la dépersonnalisation sous l'impératif de masse (la conscience collective) l'emporte sur l'exaltation de l'individu conscient.<sup>74</sup>

La catharsis appliquée à notre siècle, où le tout médiatisé oblige la représentation théâtrale à devenir réelle par réaction, serait-elle donc impossible ?

En fait, ce qui frappe dans les diverses œuvres de performance, c'est justement le primat du fond sur la forme. Il s'agit donc moins d'un acte esthétique que d'un acte politique – d'où son caractère souvent violent. Patrice Parvis, dans son *Dictionnaire de la performance et du théâtre contemporain*<sup>75</sup> oppose ainsi performatif/anthropologique et artistique/esthétique. Le sens de performatif retrouve dès lors quelque chose de sa définition première, linguistique, à savoir la réalisation d'une action par le fait même de son énonciation. Il peut donc y avoir catharsis, car l'implication active du spectateur<sup>76</sup>, ou le côté réel de ce qui est vu, peut instaurer un vécu par identification ou participation directe, qui sera ensuite intellectualisé pour amener à une prise de conscience conduisant à un changement de personnalité – les trois étapes seraient ainsi menées à leur terme. Cependant, l'on perd l'aspect de sublimation esthétique – et celle, essentielle, du *plaisir* qui y est lié.

Mais réduire le théâtre contemporain à la performance serait ignorer toute une part de sa production ; les poètes ne sont pas morts au XXI<sup>e</sup> siècle. Romeo Castellucci et son théâtre inaccessible à l'intellect, rempli de symboles et d'images à l'effet réellement physique sur les spectateurs – certains sortent en larmes des représentations –, Christoph Marthaler et son jeu sur le rythme, incessant, souvent insupportable, mais irrésistiblement comique, ne répondraient-ils pas au postulat de Nietzsche sur « le sublime comme maîtrise artistique de l'effroyable, et le comique comme maîtrise artistique de l'absurde »<sup>77</sup> ?

## 5.2 APOLLINISME ET DYONYSISME AU XXI<sup>E</sup> SIÈCLE : LA QUESTION DU TEXTE

Quant à l'opposition entre Apollon et Dionysos, elle se retrouve plus que jamais dans les polémiques contemporaines autour de la question du texte. Si la parole et la verbalisation qui l'accompagne semblent depuis la nuit des temps liées à la prise de conscience apollinienne, à la mise à distance et à l'intellectualisation<sup>78</sup>, le langage des images et sa force incompréhensible, ou du moins difficilement rationnelle, paraît inséparable du versant dionysiaque de l'expérience théâtrale ; le plateau de théâtre étant l'endroit par excellence où ces deux forces – celle des mots et celle des images – se

---

<sup>74</sup> Barrucand, *Op.Cit.* p. 296.

<sup>75</sup> Parvis, Patrice, *Dictionnaire de la performance et du théâtre contemporain*, Paris, A. Collin, 2014.

<sup>76</sup> En parallèle, la place du spectateur face à l'œuvre se situe au centre des questionnements soulevés par le théâtre contemporain. Déplacé, malmené, celui-ci est parfois amené à participer activement à la pièce en cours – c'est le cas par exemple de *Situation Rooms*, spectacle du collectif Rimini Protokoll créé en 2013 à la Ruhrtriennale, où chaque spectateur incarne lui-même un personnage de l'histoire.

<sup>77</sup> Nietzsche, *Op.Cit.*

<sup>78</sup> Rejoignant par là-même une opposition tout aussi ancestrale entre bestialité dionysiaque et humanité apollinienne, la parole étant souvent considérée comme le propre de l'homme.

côtoient et parfois s'affrontent<sup>79</sup>. Antonin Artaud a d'ailleurs très clairement pris position en faveur de la seconde :

Je sais bien que le langage des gestes et attitudes, que la danse, que la musique sont moins capables d'élucider un caractère, de raconter les pensées humaines d'un personnage, d'exposer des états de conscience clairs et précis que le langage verbal, mais qui a dit que le théâtre était fait pour élucider un caractère, pour la solution de conflits d'ordre humain et passionnel, d'ordre actuel et psychologique comme notre théâtre contemporain en est rempli ?<sup>80</sup>

Or, de plus en plus, la question du texte devient centrale dans les débats sur le théâtre contemporain. A nouveau, l'édition 2005 du Festival d'Avignon fait figure de cas d'école. La querelle qui l'a accompagné a en effet vu s'affronter les partisans du texte et les défenseurs de l'image :

Dans l'opuscule désabusé qu'il vient de rédiger sur le Festival d'Avignon, le « médiologue » Régis Debray [...] réclame « des croque-morts compétents » pour faire le deuil du « théâtre du texte » ; encore que là ne soit pas la question, puisqu'il conviendrait simplement de voir et de reconnaître comment le poème dramatique n'est plus, de nos jours, le seul *texte* du théâtre.<sup>81</sup>

Toutefois, une part importante de la production contemporaine ne cherche pas forcément à échapper au dispositif « traditionnel » qui place public et comédiens face à face. Elle ne cherche pas non plus l'effet réel, ni la mise en danger du public ou des artistes, ni le remplacement du texte par un langage exclusivement théâtral ; le propos des spectacles n'en demeure pas pour autant moins essentiel, et souvent politique<sup>82</sup>. Car, aujourd'hui encore, la spécificité du théâtre réside dans le partage du même espace-temps entre artistes et public : ce qui stimule à la fois la participation – dionysiaque – par projection ou identification, et la prise de conscience – apollinienne – grâce à laquelle la thématique de la pièce continue par la suite à faire son chemin dans les esprits ; à *faire réfléchir*. Le partage de ce même espace-temps fait en même temps du théâtre un art résolument contemporain – même une pièce de Molière jouée en 2015 fera écho à des problématiques actuelles – et fondamentalement artisanal – car non reproductible à l'infini.

---

<sup>79</sup> Il convient pourtant de nuancer ce lien entre texte et apollinisme, et entre images et dyonysisme. Car les mots peuvent également être source d'images, mentales certes, mais peut-être d'autant plus fortes, précisément parce qu'elles naissent directement dans la tête du spectateur. Un texte suffisamment évocateur pour être en soi dionysiaque, ne serait-ce pas là la définition même de la poésie ? Parfois, cette poésie des mots parvient à se mêler harmonieusement à celle de la mise en scène ; si ce n'est pas le cas, peut-être est-il préférable de continuer à la lire sur du papier.

<sup>80</sup> Artaud, « La mise en scène et la métaphysique », in *Op.cit.*

<sup>81</sup> Adolphe, Jean-Marc, « Sur le fond d'Avignon », in Tackels et Banu, *Op.cit.* p. 119.

<sup>82</sup> Nous pensons par exemple à *Jan Karski (mon nom est une fiction)*, d'Arthur Nauzyciel, créé à Avignon en 2011, où la problématique de l'inaction internationale en matière d'asile jette un pont vertigineux entre 1940 et aujourd'hui.

## 6 CONCLUSION

---

Ainsi, le théâtre peut-il toujours être vecteur d'une certaine catharsis, adaptée une fois de plus à une époque nouvelle – ce qui démontre la pérennité de la notion. Mais le but du présent travail était également de démontrer en quoi la catharsis opérait comme un lien entre théâtre et psychanalyse. Celui-ci est visible à différents niveaux : celui du spectateur bien sûr, mais aussi du comédien, voire de l'auteur ou du metteur en scène.

Nous avons déjà largement abordé la question de la catharsis du spectateur. Notons encore cependant que pratiquement toutes les étapes de la catharsis freudienne peuvent se retrouver chez le spectateur : les chuchotements, l'agacement, voire l'acte presque violent qui consiste à quitter la salle au milieu d'une représentation peuvent être considérées comme des manifestations d'acting out ; la mise à distance volontaire de ce que l'on voit – « ce n'est que du théâtre » –, l'incapacité de lâcher prise, de se laisser emporter par la pièce à laquelle on assiste sont autant de formes de résistances – on peut aussi bien y retrouver le transfert via la projection, non accompagné d'une prise de conscience nécessaire à la catharsis ; la reviviscence affective et la remémoration sont souvent sollicitées, et la coutume de se retrouver dans le foyer du théâtre après les représentations favorise la verbalisation et les interprétations, qui mènent éventuellement à une certaine prise de conscience.

Du côté de l'acteur, le problème se complexifie, et le lien à la cure psychanalytique s'intensifie. Certains ont même établi des méthodes de cure par le théâtre<sup>83</sup>. Mais c'est alors le médecin qui emprunte des éléments propres au théâtre à des fins thérapeutiques, plutôt que l'inverse. Certes, certaines techniques de jeu, et principalement celles qui tirent leur source des enseignements de Stanislavski, jouent sur les mêmes mécanismes que la psychothérapie : revivre au lieu de représenter, utiliser le conscient pour agir sur l'inconscient, faire appel à sa propre mémoire affective sont autant de procédés qui évoquent de près ou de loin la psychanalyse. Mais si le comédien professionnel peut parfois se sentir mieux ou plus mal selon les rôles qu'il endosse ou les techniques de jeu auxquelles il recourt, ce n'est qu'un effet collatéral ; le théâtre n'est pas utilisé dans ce but-là, et tout est subordonné au personnage, au texte, à l'auteur : « L'acteur est un professionnel et la profession ne l'utilise pas en vue de son propre perfectionnement, mais de l'excellence de son rendement. »<sup>84</sup>

Quant à ce qui est de l'auteur – ou du metteur en scène, qui parfois se confondent – la problématique est la même que dans le cas des autres arts : la création peut être considérée comme le résultat d'une pathologie. Si la catharsis s'accomplit et que la pathologie disparaît, l'art s'en va avec elle. Le créateur guéri n'est plus créateur. En revanche, si l'acte créateur n'est que simple abréaction, passagère et vouée à laisser la pathologie revenir sitôt qu'elle s'est accomplie, il y a là une source infinie d'œuvres d'art.

---

<sup>83</sup> C'est le cas notamment d'Emile Dars et Jean-Claude Benoit, le premier étant metteur en scène et le second psychiatre, qui se sont associés pour mettre en place la thérapie par « l'expression scénique ». Celle-ci est détaillée dans leur ouvrage, *L'expression scénique. Art dramatique et psychothérapie*, Paris, Les éditions sociales françaises, 1973 [1964].

<sup>84</sup> Dars, Emile et Benoit, Jean-Claude, *Op.Cit.* p. 17. A noter qu'Emile Dars a mené une véritable enquête auprès de onze comédiens et comédiennes en vue de constater à quel point leur métier influait sur leur personnalité.

Ce qui amène une question fondamentale : le théâtre *doit-il* guérir ? Et son corollaire : l'art doit-il être utile ?

La question reste ouverte. Pour notre part, nous adoptons le point de vue de Guy Dumur sur le sujet :

Divertissement ou purification, nous attendons du spectacle qu'il nous change. La passivité du spectateur n'est que feinte, son immobilité qu'apparente ; elles ne s'étendent pas à ses mouvements intérieurs : l'émotion, ni à sa mémoire : la culture. Que ce changement soit profond ou frivole indique assez qu'il existe un système de relations complexes entre le spectacle et le spectateur.<sup>85</sup>

Le propre du théâtre est d'induire un changement, via l'expérience vécue *hic et nunc* par des êtres vivants en coprésence. Que ce changement soit heureux ou non apparaît comme secondaire. Et c'est bien là que réside la différence fondamentale entre le théâtre et la psychanalyse : la seconde a pour vocation de guérir<sup>86</sup>, le premier peut être à la source du meilleur, du pire ou de rien du tout.

Toutefois, la psychanalyse, comme toute thérapie, ne s'occupe que de l'individu. Le théâtre a pour sa part une visée collective ; en tant que produit culturel, il agit de toute façon pour le vivre-ensemble de la cité. Serait-il possible de l'envisager comme vecteur d'une catharsis collective, sociale ? Que ce soit une société entière qui passe par les trois étapes fondamentales – reviviscence, prise de conscience et changement de personnalité ? Que le théâtre soit la thérapie d'une époque, d'un siècle ?

Peut-être y a-t-il « théâtre » lorsqu'un spectacle transforme ses multiples spectateurs en un public unique.

---

<sup>85</sup> Dumur, *Histoire des spectacles* [1981], cité par Barrucand, *Op. cit.* p.31.

<sup>86</sup> Il ne nous appartient pas de déterminer si elle y parvient ou non.

## 7 BIBLIOGRAPHIE

---

### 7.1 SOURCES

- ARISTOTE, *Poétique*, trad. J. Hardy, Les Belles Lettres, Paris, éd. Collection des Universités de France, 1965.
- ARTAUD, Antonin, *Le théâtre et son double*, in *Œuvres*, Paris, Gallimard, 2004 [1938].
- DIDEROT, Denis, *Le Paradoxe du comédien*, in *Ecrits sur le théâtre*, A. Ménil (éd.), Paris, Pocket, 1995 [1770].
- DIDEROT, Denis, *Discours sur la poésie dramatique*, in *Ecrits sur le théâtre*, I, A.Ménil (éd.), Paris, Pocket, 1995 [1758].
- FREUD, Sigmund, *Cinq psychanalyses*, trad. M. Bonaparte et M. Loewenstein, Paris, Presses universitaires de France, Bibliothèque de la Psychanalyse, 1967 [1909].
- FREUD, Sigmund et BREUER, Josef, *Etudes sur l'hystérie*, trad. A. Berman, Paris, Presses universitaires de France, Bibliothèque de la Psychanalyse, 1967 [1895].
- NIETZSCHE, Friedrich, *La Naissance de la tragédie*, trad. M. Haar, P. Lacoue-Labarthe et J.-L. Nancy, Paris, Gallimard, 1997 [1872].
- NIETZSCHE, Friedrich, *Le Gai savoir*, trad. P. Wotling, Paris, GF-Flammarion, 1997 [1882].
- PLATON, *La République – Du régime politique*, trad. P. Pachet, Paris, Gallimard, 1993.

### 7.2 LITTÉRATURE SECONDAIRE

- BARRUCAND, Dominique, *La Catharsis dans le théâtre, la psychanalyse et la psychothérapie de groupe*, Paris, Epi éditions, 1970.
- CHÂTELET, Isabelle, « La fortune de la catharsis chez Freud », in *Champ psy*, n°41, janvier 2006.
- DANAN, Joseph, « Écriture dramatique et performance », in *Communications*, n°92, janvier 2013, p. 183-191.
- DARS, Emile et BENOIT, Jean-Claude, *L'expression scénique. Art dramatique et psychothérapie*, Paris, Les éditions sociales françaises, 1973 [1964].
- HAUMESSER, Matthieu (dir.), *Philosophie du théâtre*, Paris, Librairie philosophie J. Vrin, 2008.
- IBOR, Juan Lopez, « Catharsis et transfert », in *Psyché*, n°8, 1953, p.248-251.
- LAPLANCHE, Jean et PONTALIS, Jean-Bernard, *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris, Presses universitaires de France, Bibliothèque de la Psychanalyse, 1967.
- PARVIS, Patrice, *Dictionnaire de la performance et du théâtre contemporain*, Paris, A. Collin, 2014.
- TACKELS, Bruno et BANU, Georges, *Le cas Avignon 2005*, Vic-la-Gardiole, éditions L'Entretemps, 2005.
- VIVES, Jean-Michel, « La catharsis, d'Aristote à Lacan en passant par Freud. Une approche théâtrale des enjeux éthiques de la psychanalyse », in *Recherches en psychanalyse*, n°9, janvier 2010.
- VYGOTSKI, Lev, *Psychologie de l'art*, trad. Françoise Sève, Paris, La Dispute, 2005.