

RICHARD-LORENZO ROBERT PH. D.

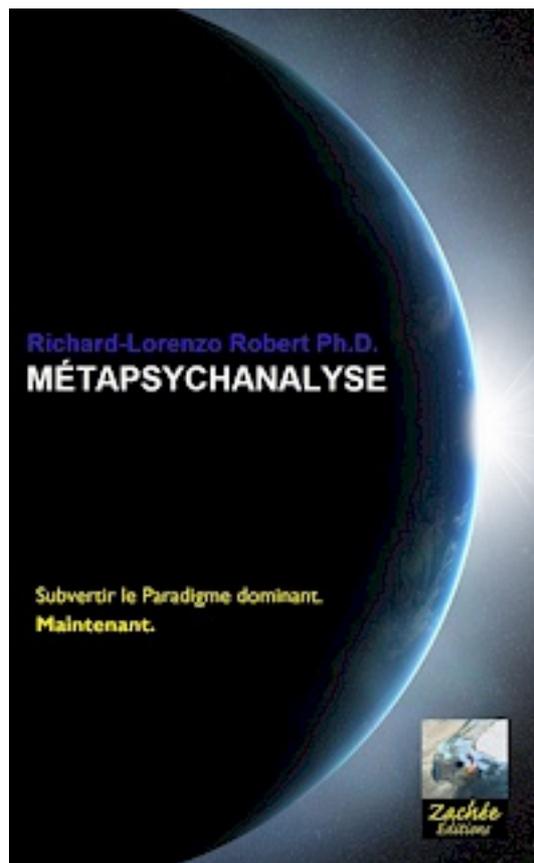
Docteur en Counseling et en Métaphysique

Professionnel en relation d'aide et Auteur

Site web: <http://drllrobert.com/> & <http://icmu.4mg.com/>

Psycho-Textes de Richard-Lorenzo Robert, voir fichiers sur ce site

- [Le psychanalyste cet inconnu...](#)
- [Psychanalysez-vous vous-même \(présentation de livre\)](#)
- [Le coffre à outils psychothérapeutiques \(présentation de livre et extrait\)](#)



MÉTAPSYCHANALYSE

SOMMAIRE

En dépit de ce que le titre peut sous-entendre, non, il ne s'agit pas uniquement d'un autre bouquin de psychologie populaire ; il serait même davantage question de philosophie

populaire ! D'une part parce qu'il ne se cantonne pas exclusivement dans un aspect de généralité bien-pensante souvent propre à ce type de publication, et de l'autre, en raison de son caractère un peu moins populaire si l'on peut dire, et un brin plus didactique. Nous parlerons donc ici d'une tentative d'élargissement de notre compréhension de nous-même et du monde dans lequel nous évoluons, positionnant le lecteur au carrefour même où Sigmund Freud, Joseph Murphy, Carl Gustav Jung et Paul Leon Masters seraient susceptibles de se croiser, et ce croyons-nous pour le plus grand bénéfice de la psychothérapie et de la relation d'aide certes, mais encore plus de la croissance personnelle, d'un certain cheminement spirituel, en route vers une individuation approfondie, mieux assumée, et plus représentative de l'essence grandiose que nous sommes en filigrane de notre apparente fragilité.

L'idée ne sera ainsi pas de créer ici une nouvelle approche, comme de plutôt favoriser l'extension de l'armature psychanalytique classique vers une perspective plus adaptée au 21ème siècle, plus respectueuse de la globalité reconnue de l'être, par le truchement de ce qui s'avère à nos yeux une juste synthèse des tendances et avancées dans le domaine, impliquant des préceptes de bouddhisme, de métaphysique et de spiritualité appliquée.

Des propositions donc en vue d'une expansion du champ de notre conscience, une réflexion suggérant une considération plus fine de notre réalité, des outils et techniques d'aide dans cette même tangente, le tout dégagé de 26 années de pratique clinique, d'enseignement, de travaux et de recherche, aussi bien en psychanalyse, en thérapie alternative qu'en hypnose, et livré dans un langage accessible, à la teneur vulgarisée, et d'une facture aisément discernable, mais surtout applicable au quotidien. Voilà ce qui vous attend au fil des quelques trois cents pages de ce livre.

EXTRAIT DE L'OUVRAGE

"D'entrée de jeu, une petite devinette pour vérifier si vous êtes tout entier d'esprit dans la présente lecture : qu'ont en commun une dame atteinte du cancer, une personne prenant des antidépresseurs depuis des années, un couple éprouvant une incapacité marquée à communiquer, un homme consultant un professionnel afin de venir à bout de son explosivité intermittente, et une adolescente en proie à de vives crises récurrentes d'anxiété ? Quel est le dénominateur commun en filigrane ?

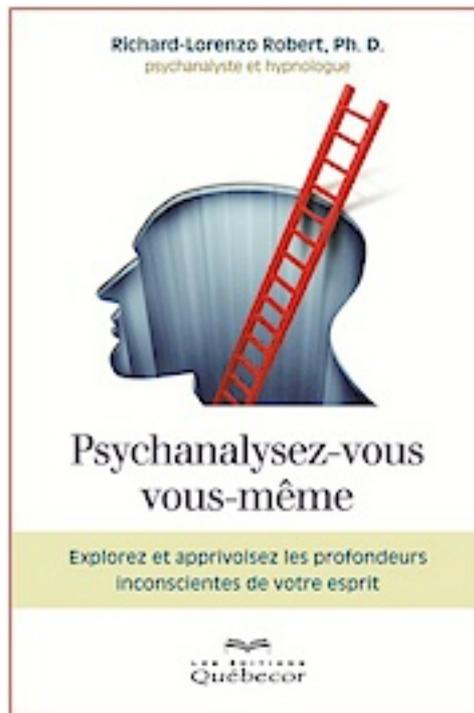
Avant de donner la réponse, portons tout d'abord notre attention sur ces quelques points d'intérêt :

- Un nombre grandissant de recherches sur les causes du cancer, qui demeuraient jusqu'ici plutôt mièvres en termes de renouvellement des éléments de réponses, ont maintenant tendance à mettre de plus en plus en exergue une origine surprenamment émotionnelle à la prolifération de ce mal sournois. En effet, des émotions par trop souvent ravalées trop vite ou refoulées répétitivement, au lieu d'être simplement exprimées, finiraient par peser lourd sur le métabolisme (par psychosomatisme, c'est-à-dire via le retentissement de l'esprit sur le corps) au point d'amener les cellules de l'organisme à se dupliquer de façon anucléique, donnant ainsi naissance à des métastases ;

- Un antidépresseur, un anxiolytique, un adaptogène sont des médicaments psychotropiques qui ciblent principalement dans l'ordre la dépression, l'anxiété, et ce que l'on appelle les 'swing moods' (humeurs en dents de scie, aux confins de la maniaque-dépression, de la cyclothymie, que l'on traite ici en les adaptant à un certain équilibre), Là encore nous cherchons à agir sur les états émotifs en présence en agissant sur leur intensité ;
- La difficulté à communiquer provient dans les faits très fréquemment d'une difficulté à pouvoir plutôt traduire ses émotions en mots, d'une incapacité à les transposer adéquatement d'un stade de senti intime à un autre de partage extime ;
- Il en est sensiblement de même d'un sujet dit explosif intermittent, incapable de gérer son émoi intempestif, alternant en un temps record d'un air de surface doux à un autre intensément détonnant ;
- Sur l'échelle de l'émoi anxiogène, après l'appréhension, et avant l'angoisse et la crise de panique, l'anxiété peut être jusqu'à un certain point apparié à un mécanisme de défense grevant, particulièrement présent chez les gens mal assurés devant leur existence et leur avenir, dont les adolescents et les jeunes adultes.

Dans tous ces cas, nous remarquons que le point consensuel en présence est l'émotion.

Qu'elle soit puissamment ressentie ou expéditivement refoulée, doucement assumée ou douloureusement exprimée, brutalement expurgée quand elle ne sera pas plutôt carrément déniée, l'émotion constituera donc LA raison d'être de notre existence terrestre, tout autant que le pont littéral nous menant vers une édification plus éthérée, dépassant considérablement le cadre pragmatiquement littéral du 'day to day' dans lequel nous nous laissons si insidieusement capturer, tout autant que captiver : en clair, cela signifie que nous sommes fondamentalement ici-bas afin de vivre des expériences émotionnelles dans toute leur tessiture, au travers des occurrences de chaque jour, des interactions de chaque instant, et jamais pour les éviter, même si cela nous semble être parfois la seule réaction raisonnable à nos yeux. Et cela n'a pas de quoi nous étonner, puisque dans notre monde contemporain les émotions sont trop fréquemment synonymes d'intensité déplacée, de manque de contrôle de soi, ainsi que d'hystérie potentielle. Bref, rien de très souhaitable pour quiconque cherche à réussir dans la vie, au lieu de simplement vouloir réussir sa vie."



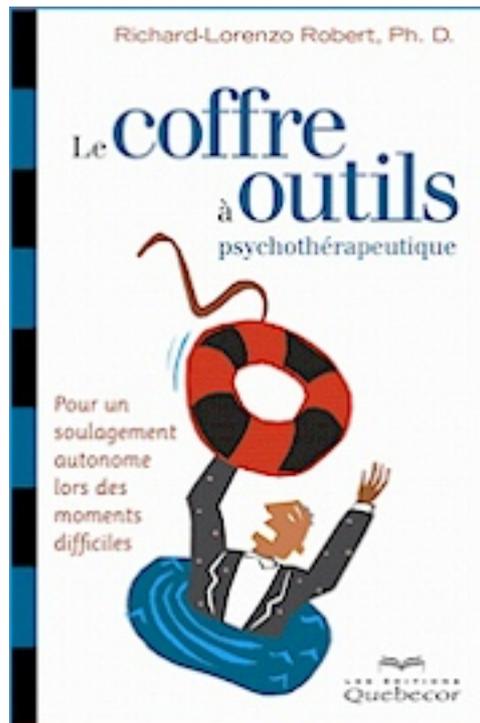
Psychanalysez-vous vous-même

Est-il possible d'effectuer sur soi-même, et surtout par soi-même, une psychanalyse qui puisse réellement s'avérer pertinente, digne de ce nom ? Une authentique exploration révélatrice des couches profondes de votre niveau inconscient, véritable dépositaire d'éléments clés de votre personnalité, de vos peurs comme de vos blocages personnels, de tout ce qui échappe d'ordinaire à une psychothérapie conventionnelle...

Bien sûr, le grand Freud lui-même s'est livré avec succès à une telle auto-analyse, sauf que sa rigueur et son savoir-faire renommés ne nous sont pas pour autant acquis de la même façon, ce qui aura tôt fait d'en laisser plus d'un sceptique quant à une telle faisabilité.

Voici donc ce que ce livre aspire à vous proposer : une démarche psychanalytique finement accompagnée au travers des profondeurs abyssales de votre psychisme, consistant en tests variés de la personnalité, ateliers avancés de connaissance de soi, activités d'expression de l'inconscient, sans omettre bien sûr les classiques activités psychanalytiquement inspirées, que sont l'analyse des rêves, l'interprétation de dessins, les associations spontanées de mots.

Mission utopique, impossible, pensez-vous ? Absolument pas ! À condition que vous consentiez à simplement vous appliquer méthodiquement, étape par étape, dans cette extraordinaire odyssée de ré-appropriation de la personne que vous êtes, et que vous pouvez encore plus entièrement devenir.



Le Coffre à Outils psychothérapeutique

Ce livre est le fruit d'un intense vécu clinique et d'une longue expérience bénévole, s'échelonnant sur vingt années de pratique privée en relation d'aide professionnelle, dans une optique de psychanalyse brève.

Et ce que le lecteur découvrira au travers de ces pages, ce sont quarante-trois techniques de mieux-être autonome, faciles à pratiquer, et convenablement répertoriées sous des rubriques caractéristiques des maux de l'âme les plus couramment vécus de nos jours. Le travail en présence ici ne visera donc que deux buts bien modestes : procurer un soulagement senti et rapide lors des moments difficiles – particulièrement lorsqu'une aide professionnelle n'est guère disponible-, et favoriser une plus grande autonomie dans l'apprivoisement et le maintien de son propre bonheur.

'Le Coffre à Outils psychothérapeutique' pourra ainsi être abordé selon trois biais distincts :

- Il peut se parcourir linéairement comme un livre de psychologie populaire, en se laissant lire et apprivoiser tel qu'il a été écrit ;
- En lui associant un cahier de notes, son contenu peut être méthodiquement pratiqué, de la première à la dernière technique, comme s'il s'agissait d'une véritable démarche thérapeutique, mais menée de façon autonome;
- Il peut être consulté à la manière d'un ouvrage de référence, selon les problématiques en présence, le mal-être vécu, de manière à en dégager précisément et rapidement les outils les plus susceptibles d'aider.

Formation académique

- Ph.D. en Counseling, University of Sedona, Arizona, États-Unis.
- Ph.D. en Métaphysique, University of Metaphysics, North Hollywood, États-Unis.
- Post-doc en Psychologie spirituelle, Pastoral Psychology Institute, Sacramento, États-Unis.

Formation particulière

- Psychanalyse personnelle, professeur Ronald Thompson Ph.D., Montréal, Québec, Canada.
- Hypnothérapeute certifié (Collège Canadien des Naturopathes et des Hypnothérapeutes).
- Maître Reiki, sensei Dennis William Hauck, (Flamel College) Sacramento, É.U.

Reconnaissance professionnelle

- Académie des Naturopathes et des Naturothérapeutes
- American Metaphysical Doctors Association.
- Association Internationale de Psychiatrie spirituelle [Dr Jean-Marc Mantel].

Orientation théorique

- Counseling selon l'inspiration de Jung et de Masters.
- Analyse psychodynamique d'orientation métaphysique.

Services psychologiques, clientèle et champs d'activités

- Thérapeutique brève, hypnose holistique de différents niveaux, soins naturothérapeutiques au besoin.
- Clientèle de 7 à 77 ans.
- Champs d'activités: Pratique privée, Enseignement, Conférencier, Animation d'ateliers.

Domaines de recherche

- Développement et application d'une relation d'aide et d'une thérapeutique clinique plus transpersonnelles.
- Études des médicaments naturels et des remèdes homéopathiques en tant qu'adjuvants au travail thérapeutique, et palliatifs à la médication chimique traditionnelle.
- Hypnose régressive à la manière des Drs Edith Fiore et Bruce Goldberg.