

THIERRY FRELÉCHOZ

PSYCHOTHÉRAPEUTE FSP

RÉFLEXION PHILOSOPHIQUE AUTOUR DE MA PRATIQUE ANALYTIQUE

CERTIFICAT DE FORMATION CONTINUE EN PHILOSOPHIE POUR CADRES

« CURE DE PHILOSOPHIE POUR CADRES »

2010-2011

TRAVAIL FINAL DE CERTIFICAT

Dépose auprès de

MER Dr Patrice Meyer-Bisch

I. INTRODUCTION

Je ne suis ni philosophe, ni manager. J'exerce le métier de psychanalyste en cabinet privé. Pour le travail final, j'ai choisi de réfléchir à ma pratique professionnelle en essayant de me servir du questionnement philosophique que la cure m'a amené à faire. J'ai vais reprendre certaines idées, certains concepts posés comme des « vérités » dans mes formations pour tenter de les interroger sous cet angle nouveau.

Au préalable je dois définir mon travail. Pour ce faire, j'ai choisi de procéder selon la méthode de l'association libre, qui consiste, à dire tout ce qui nous passe par la tête, sans trier ou censurer ses pensées. Ce qui est exactement ce que l'on demande au patient en séance. Puis j'ai donné une forme plus explicite à la suite d'idées qui ont surgies, tout en veillant à rester au plus proche de ma pensée d'origine. La définition qui en est ressortie et sur laquelle je vais réfléchir dans la suite de ce texte est la suivante :

On me paye, parce que j'ai un savoir, qui me donne du pouvoir, et donc une responsabilité de l'Autre parce qu'il vient me confier sa souffrance, souffrance d'être humain.

Je vais reprendre chaque terme de cette définition pour tenter de réfléchir philosophiquement à ma pratique professionnelle.

On me paye, parce que j'ai un savoir, qui me donne du pouvoir, et donc une responsabilité de l'Autre parce qu'il vient me confier sa souffrance, souffrance d'être humain.

1. On me paye...

« On » est un pronom impersonnel. Je ne travaille jamais avec « on », je suis toujours en relation avec des individus particuliers, différents, singuliers. Mais ici il ne sera pas question d'eux ou de la relation, mais de questions autour du paiement, non pas dans sa dimension

concrète mais dans un rapport plus fantasmagique de la relation. Mais examinons d'abord les conditions de mon activité professionnelle.

Un travail thérapeutique coûte cher. C'est un investissement en temps et en argent qui est assez considérable, qui n'est pas toujours le fruit d'un choix ou d'une volonté de se connaître mieux, ou de s'interroger sur son inconscient. Il est bien plus souvent le fruit d'une souffrance, d'une difficulté à vivre, de symptômes énigmatiques qui empêchent de vivre.

Bien souvent avant d'arriver jusque chez moi les gens ont été soignés par des médicaments, efficaces, utiles, et qui sont remboursés par les assurances maladie. Toutefois, ils aimeraient autre chose, pouvoir se passer de cette béquille et retrouver leur capacité à penser leur vie.

Actuellement seuls certains soins sont pris en charge par l'assurance maladie (médecins psychiatre) alors que les traitements psychothérapeutiques (psychothérapeutes) ne sont pas, ou très peu, remboursés par les assurances complémentaires. Les maladies psychiques explosent, le politique veut des solutions rapides ce qu'offre les médicaments et il existe toujours une certaine méfiance à propos des métiers autour du psychisme. Il est vrai aussi que nous ne sommes pas les champions du lobbyisme et nous aurions tendance à vouloir rester dans notre tour d'ivoire. La loi « psy » qui vient d'être adoptée par le Conseil Fédéral va changer les choses à l'avenir mais en attendant la situation reste ce qu'elle est.

Les gens qui viennent me voir le font de leur propre chef. Ils ont entendu parler de moi, ils sont envoyés par un médecin, ils ont pris mon nom au hasard dans le bottin. Aucun n'a l'obligation de venir ni de revenir. Le patient vient librement et il revient s'il le décide, s'il trouve ce qu'il cherche, ou s'il est d'accord de continuer à chercher avec moi.

En ce qui concerne le cadre que je pose, il n'y a pas d'obligation de suivre un rythme ou une cadence - un entretien toute les semaines ou à une fréquence déterminée. Chaque situation pour moi est particulière et c'est en accord avec le patient que nous fixons la date de la prochaine séance ou le rythme de nos entretiens, celui-ci pouvant varier en tout temps. J'ai bien sûr des patients qui viennent me voir régulièrement mais ceci n'est pas une obligation.

Dans ce cadre là, le fait de devoir payer un spécialiste –juste pour nous écouter-, est assez peu contesté. Et parfois les entretiens se limitent à cela, le patient vient chercher à résoudre un problème bien précis et une fois celui-ci résolu, il arrête.

La question de l'argent peut se poser plus avant dans le travail thérapeutique. Quand nous nous sommes vus plusieurs fois, la confiance s'est installée, les confidences sont plus intimes, une relation plus approfondie s'est établie. A ce moment, peut surgir chez le patient, en plus de la souffrance qui l'amène et qu'il peut formuler, une attente, plus ou moins clairement identifiée par lui qui serait de l'ordre d'une demande d'être accueilli, écouté par un humain, c'est un peu comme s'il venait demander une forme « d'hospitalité ».

Et cette demande, ce souhait, peut être contrarié par l'idée que l'échange qui a lieu se monnaie. Et la question est alors : « Mais si je vous paie ce n'est pas une relation authentique ». « Mais qu'est ce que l'argent vient faire dans des soins, dans une thérapie ? L'argent n'interdit-il pas la relation, ne fausse-t-il pas les échanges entre les humains, ne pourrait-il pas tout ? »

Le patient viendrait donc dans le secret espoir, ou l'espoir inconscient, - inconscient étant à prendre ici comme quelque chose dont la personne n'a pas conscience ou pas clairement conscience- de recevoir ce que je nomme quelque chose sous forme de don. Le don, dans ce que j'ai pu entendre, serait quelque chose qui est offert sans exigence de contrepartie.

C'est Lévinas qui a développé une pensée autour du don. Si on pousse cette idée dans ses derniers retranchements - ce qui me convient pour ma démonstration- Lévinas dit que l'on doit se sacrifier pour l'autre, on doit se mettre à sa place, « se vider de son être »¹ pour accueillir le malheur de l'autre. Il s'agit donc d'un sacrifice où l'on donne « son être » à l'autre : mon être pour son *malêtre* ; je donne mon être pour que l'autre soit.

Cette idée pour généreuse qu'elle soit, quasiment irréfutable et difficile à contester, car comment être contre ? - contient une violence insidieuse. Elle rappelle par trop cette phrase : « Après ce que j'ai fait pour toi, tu pourrais bien... au moins... ».

Nombreux sont mes patients qui ont souffert de ce type de remarques, énoncées par les adultes responsables de l'enfant : « Après ce qu'on a fait pour toi... tu pourrais au moins... ». Et l'enfant se demande comment « payer » la vie qu'il a, ce don de la vie qui a été fait, même s'il n'a demandé. S'il respire, c'est bien qu'il a accepté ce cadeau... et on lui indique qu'il lui faut bien le payer un jour ou l'autre !

En réaction, certains patients développeraient une nostalgie du paradis terrestre, ou tout serait donné en abondance, ou tout peut être cueilli sans effort, sans souffrance, sans contrepartie.

Alors, les patients rêvent, imaginent ou souhaitent vivre une relation ou ce qu'ils reçoivent ne serait pas comptabilisé, ne se transformerait pas en une dette. Ils seraient à la recherche de ce qu'ils appellent « l'amour gratuit », mélangeant ainsi l'amour, le don, l'argent et la gratuité.

C'est un fantasme, celui de l'enfant qui, sans rien avoir à demander, aurait été nourri, dans une adéquation parfaite entre son désir et la réponse de la mère. Dans la réalité concrète, si je me rappelle bien, c'est les cris de l'enfant, ses hurlements, qui alertent la mère qui vient apaiser cette douleur qu'est la faim.

Mais nous aurions ici la troisième blessure narcissique citée par Freud² : « La nécessité pour l'homme de devoir dire son désir ». Il faut parler, dire ce que l'on veut, l'autre ne nous devine pas, ne nous décode pas. Combien de conflit de couple, ou d'humain autour de : « tu aurais dû savoir », « tu aurais pu deviner... », « Pourquoi je dois tout te dire... ».

Alors dans la relation d'aide, interrogeons-nous sur la notion du don.

Je m'appuierai sur le texte d'un psychanalyste³, Daniel Sibony, pour tenter de répondre à cet appel de Lévinas. Sibony la définit ainsi : « *Cette maternance assez fictive (où manque l'aspect possessif, voire dévorant, pourtant connu), Lévinas pose qu'elle est « requise » de*

¹ Lévinas, 1996, p.145

² Freud, 1916, p 266.

La première étant que la terre n'est pas le centre de l'univers, la seconde que l'homme descend du singe.

³ Sibony, 2000, p. 30

tout sujet que là est notre vocation « humaine ». Il semble prendre à la lettre des mots d'amour que lance une mère à son enfant : « Ah qu'on me sacrifie pour toi ! » (Mot courant en judéo-arabe ; or la même tradition a un proverbe moins naïf : l'ange de la mort se présente dans une maison où une mère disait ce mot à son enfant malade : « Que je sois sacrifiée pour toi ! » L'ange se prépare à prendre la mère, elle s'affole n'étant pas prête à mourir, et lui lance : « Le malade est dans l'autre chambre ! »). Le modèle maternel est donc prégnant, il « sert de fil conducteur à la pensée de la vie du sujet » nous confirme un disciple, qui pense que dans ce modèle l'autre « commande » au sujet la substitution c'est-à-dire le sacrifice, le don de soi. Mais peu d'enfants se sont remis de ce don-de-soi que fit leur mère. »

Ce qu'évoque Sibony ici est une forme dévoyée du don de soi. Le « don de soi », s'il est posé dans ses termes est une charge pour l'autre incommensurable. Certaines mères se servent du fait qu'elles ont « donné » la vie pour transformer ce « don » en dette éternelle. Le sujet qui est victime de cette formulation est sans cesse en train de vouloir rembourser cette vie qu'il a reçue.

Ce « don de soi » résulte bien souvent de tendances narcissiques. Je me sacrifie pour l'autre... en attendant un « retour sur investissement » !

Alors dans les métiers de la relation d'aide il nous faut nous méfier du don, dans le sens du sacrifice. Se sacrifier pour l'autre, c'est lui faire porter le poids de notre sacrifice, c'est augmenter la dette qu'il aurait de sa vie. Il est vrai que le sacrifice existe. Je pense à un manifestant dans un pays arabe qui se disait prêt à prendre le risque de mourir- c'est-à-dire à manifester dans la rue- pour que ses enfants puissent vivre une vie meilleure.

Mais que serait le don alors ? Qu'est ce qui pourrait être un bon don ?

Un bon don, ce serait ce qui peut se produire dans une relation équilibrée. Équilibrée non pas dans le sens arithmétique du terme, où chacun serait l'égal de l'autre, au même niveau, mais équilibrée dans l'échange où chacun a reçu sa part et donné sa contrepartie.

Donner, non pas dans le sens je perds quelque chose de moi, je me dépouille pour l'autre, je m'appauvris pour lui, mais donner dans le sens du partage, dans la mise à disposition pour l'autre d'un bien qui m'appartient. Partager ma voiture, inviter quelqu'un dans mon jardin, partager le plaisir d'un film que j'ai vu, partager ma compétence et mon savoir en échange d'une contrepartie financière. Pour une somme définie à l'avance, convenue, équitable. Ainsi l'argent ferait partie du cadre de la relation, comme la durée des séances, leur fréquence, et il n'en est pas le cœur. On paye le « temps » du thérapeute, pas son engagement sa compétence, son implication, la finesse de son travail. Et ce n'est pas parce que le patient a payé qu'il ne doit plus rien, il peut reconnaître la qualité du travail et dire « merci ». Et le thérapeute peut aussi remercier le patient de la confiance que ce dernier lui a fait pour s'engager pour ce travail qui a parfois duré des années.

Il est une formule, dont j'ignore d'où elle vient, qui dit « en amour on s'enrichit de ce que l'on donne », qui illustre bien cette notion du don-partage, du don mise à disposition des autres, de quelques choses qui m'appartient et que j'ai du plaisir à partager.

Mais le savoir du thérapeute d'où vient-il, quelle légitimité a-t-il, quelle est sa « scientificité » ?

On me paye, **parce que j'ai un savoir**, qui me donne du pouvoir, et donc une responsabilité de l'Autre parce qu'il vient me confier sa souffrance, souffrance *d'être* humain.

2 ... parce que j'ai un savoir...

La question dont je voudrais débattre dans ce chapitre est celle du statut du savoir qui est le mien et de sa limite. La question sera donc : « la psychologie est-elle une science ? ». Et au préalable, je propose de réfléchir à ce qui est ou fait *science*.

Pour répondre à cette interrogation je vais m'inspirer de l'ouvrage de Martin Heidegger intitulé *Séminaires de Zurich*. Je résume ce que j'ai compris de son analyse. Il fait débiter la science actuelle à Descartes qui énonce dans le *Discours sur la méthode*, que : « *dans la science, ce qui est important, c'est de nous rendre comme maîtres et possesseurs de la nature* ». De là découle une méthode scientifique qui établit à priori qu'il n'y a que ce qui est objectif qui est objet de science. C'est la méthode qui pose cette limite, pas la science, mais la science est devenue méthode et rien d'autre. « *La méthode veut dire c'est le chemin sur lequel en général le caractère du domaine d'expérience est ouvert et délimité en général. Cela veut dire : la nature est par avance assignée en tant qu'objet et seulement en tant qu'objet d'une calculabilité totale⁴* ». Donc « *tout ce qui ne montre pas le caractère d'objet de la déterminabilité mathématique est éliminé en tant que non-certain, c'est-à-dire en tant que non-vrai, autrement dit en tant que n'étant pas vraiment⁵* ».

Dans cette approche, ce qui est calculable, prévisible, anticipable, mathématique est objet de science, le reste est considéré comme non-scientifique, donc non-pris en compte.

Pour autant la psychologie a prétention de faire science, mais une science qui est adapté à son objet d'étude. « *Une angoisse et une terreur ne sont pas des objets. Je peux tout au plus en faire un thème. Ce qui fait partie de la rigueur d'une science, c'est de prendre la mesure, dans son projet et dans sa méthode, de la chose qui est en question. Pourtant toute science rigoureuse n'est pas nécessairement une science exacte⁶* ».

Donc la psychologie est une science, pas au sens mathématique ou physique que l'on peut entendre mais elle est une science humaine.

Et cette question de la scientificité fait beaucoup débat dans le climat actuel des questions de remboursements des soins par les assurances maladie. Il existe des tentatives d'établir des preuves expérimentales de la validité des concepts et des traitements psy, mais il faut bien reconnaître qu'il est difficile de faire une thérapie et qu'en même temps un observateur extérieur vienne contrôler les effets de celle-ci. Les critères - objectifs - de réussite, d'amélioration de la situation du patient - reprise du travail -, les questions autour de l'efficacité économique des différentes méthodes de traitement et la durée de leur effet font l'objet d'études, pas toutes dénuées d'arrière plan idéologique ou financier.

⁴ Heidegger, 2010, p. 164

⁵ Ibid, p. 165

⁶ Ibid, p.197

De nos jours, il faut reconnaître que la santé est devenue un marché, elle n'est plus une conquête ou la recherche d'un bien-être. Les médecins sont des prestataires de soin, ils doivent répondre de l'économicité des traitements mis en place. A cette aune, il est clair qu'actuellement c'est l'industrie pharmaceutique qui remporte la palme avec le « tout-médicament ». La focalisation sur le court terme, le « prouver scientifiquement » par les neurosciences - comme si notre vie se résumait à des substances chimiques dans notre cerveau-, les aspects purement économiques, font mauvais ménage avec le temps long - le temps humain- de la thérapie.

Il existe donc deux logiques qui s'affrontent et qui n'ont pas encore réussies à s'entendre. Cette confrontation pourrait être saine, « prouver que ce que vous faites est valable, utile, rentable » encore faut-il que les paramètres des études soient centrés sur l'individu, son potentiel, sa santé et pas uniquement sur son rendement économique. A l'inverse la prétention de certains courants de la psychanalyse d'être au-dessus de ces contingences basement matérielles n'aident pas au dialogue (« la psychanalyse ne soigne pas, elle sert à rien... »). Mais ceci sera repris ultérieurement.

Mais revenons à moi et étudions mon parcours scientifique. J'ai une formation universitaire en psychologie clinique, une analyse freudienne (« la découverte de l'inconscient »), puis une analyse jungienne (« La découverte des archétypes et la fonction religieuse inhérente à l'Homme »). J'ai également étudié la dynamique de groupe dans une perspective analytique (« L'inconscient groupal qui n'est pas identifiable à l'inconscient individuel »).

Je me suis formé également dans le courant de pensée de la théorie des systèmes, en thérapie systémique familiale (« un groupe est plus que la somme des parties »), ainsi qu'une formation en thérapie de couple sous l'angle systémique.

Ajoutez à tout cela une formation à l'hypnose éricksonienne⁷ et à la thérapie stratégique et nous aurons fait le tour (importance de la suggestion, capacité d'auto-guérison du patient, possibilité d'être opéré sous hypnose...).

Ma formation est donc une formation thérapeutique. Elle se compose de trois axes.

Le premier axe est de type analytique. La psychanalyse s'est développée avec la volonté de son fondateur, Freud, d'en faire une science. A l'époque pour être scientifique il fallait prouver que l'expérimentateur avait été neutre, et donc qu'il n'avait pas influencé l'objet de son étude. L'individu était donc considéré comme une monade, un monde en soi. C'est ainsi que Freud l'a étudié et c'est ainsi qu'il a construit les modalités de l'analyse, un patient sur le divan, l'analyste derrière à son écoute qui se devait d'intervenir le moins possible. C'est l'époque de la « neutralité bienveillante ». La neutralité on comprend ce que cela veut dire, le terme « bienveillante » signifiant que l'analyste était prêt à tout entendre, à tout accueillir.

⁷ M. H. Erickson. Psychiatre américain (1901-1980). Il a renouvelé l'utilisation de l'hypnose thérapeutique suite à la rééducation consécutive à une poliomyélite. Il a développé une pratique thérapeutique très innovante basée sur l'idée que le patient possède en lui les capacités de sa guérison. Le rôle du thérapeute consiste pour lui à permettre au patient d'actionner cette « capacité ». Le récit de ses traitements fait apparaître un sens aigu de l'observation du comportement du patient et une capacité d'inventer à chaque fois une solution singulière (Thérapie stratégique) en dehors de tout a priori théorique.

Et pendant très longtemps les analystes sont restés dans ce paradigme, l'individu et l'étude de ses fantasmes, sans tenir aucun compte du monde extérieur, et avec la volonté farouche de n'exercer aucune influence sur lui. On le voit dans ce modèle, l'analyste est quelqu'un à part, en dehors, au-dessus, et pour qu'il le reste on va lui demander de neutraliser le plus soigneusement possible ses propres réactions, ses propres affects. Ce qu'on appelle « le contre-transfert » et plus tard parce que l'inflation des mots cela existe, « la relation transféro contre-transférentiel ».

Ce qui était au départ une attitude scientifique de neutralité, d'objectivité, s'est peu à peu transformé en dogme et en « idéal thérapeutique ». Donc petit à petit une certaine psychanalyse s'est mise au dessus (« En psychanalyse la guérison vient en plus ») et elle plus devenu une l'objet d'une curiosité scientifique, avec ses prêtres auto-définis, détenteurs du Savoir et qui ne peuvent le transmettre puisqu'il est à découvrir par chacun (« Le sujet supposé savoir » de Lacan). Le patient étant censé trouver sa propre vérité ! De plus une pensée de type totalitaire s'est développée, utilisant la notion d'inconscient de façon abusive, du style : « nous avons la vérité, et si vous n'êtes pas d'accord avec nous, c'est pour des raisons inconscientes d'hostilité ou de jalousie, qui ne vous sont pas conscientes, mais que nous connaissons ! ». On le sait, ce type de pensée a beaucoup de poids, fait beaucoup d'adeptes, parce que quelqu'un qui prétend détenir la vérité serait rassurant pour ceux qui sont inquiets.

La psychanalyse a donc tenté d'échapper à la scientificité au sens de Popper.⁸ : « Des idées audacieuses, des anticipations injustifiées et des spéculations constituent notre seul moyen d'interpréter la nature, notre seul outil, notre seul instrument pour la saisir. Nous devons nous risquer à les utiliser pour remporter le prix. Ceux parmi nous qui refusent d'exposer leurs idées au risque de la réfutation ne prennent pas part au jeu scientifique. »

Les psychanalystes utilisaient l'argument de l'inconscient pour contrer ceux qui tentaient de leur demander des preuves de son existence, de sa réalité objective. Le terme de « résistance inconsciente » venait condamner le malheureux qui s'avisait de remettre en cause ce savoir. Il n'y aurait donc pas de réfutation possible.

Très tôt toutefois dans le mouvement psychanalytique des voies divergentes se sont fait entendre (Jung ; Ferenczi...) mais au nom de la volonté d'imposer une voie analytique unique pour être pris au sérieux, on les a soit priés de se taire, soit mis au ban de la psychanalyse officielle. Il n'y a qu'une vérité, et elle ne peut être remise en question sinon tout l'édifice s'écroule. Que d'égo parmi tous ces grands penseurs !

La remise en question de ce modèle, l'intégration des données de la réalité extérieure, la construction de l'enfant comme une réponse à des sollicitations du monde des adultes viendra plus tard. Mais cette idée d'une vérité analytique en dehors, d'une supériorité de l'analyse sur les autres sciences humaines continue de circuler dans les milieux que je fréquente. L'idée de se confronter au réel, de prouver ou de faire entendre la voie du psychisme passe pour un abaissement et une soumission à un diktat social !

Le second axe de ma formation est celle de l'analyse des systèmes. Au départ cette théorie s'est construite en opposition avec le modèle analytique. Les chercheurs se sont penchés sur

⁸ Popper, 1973, p. 286.

les groupes et sur la vie qui se déroule entre les individus. Ils ont établi les modes de communication qui règnent dans les familles et leur impact sur les individus. Il y avait, au départ, un refus d'envisager le psychisme de l'individu, celui-ci était défini comme une « boîte noire » inconnaissable. La seule façon de l'étudier est de vérifier la différence entre l'input et l'output. C'est l'école de Palau Alto et les textes sur la logique de la communication, Watzlawick - On ne peut pas ne pas communiquer- Bateson qui a développé le concept d'écologie de l'esprit et beaucoup d'autres penseurs... J'ai étudié la thérapie familiale, les relations des individus entre eux au travers des messages qu'ils échangent avec la notion de double-bind⁹.

La confrontation entre ses deux représentations du monde, les logiques internes qui se superposent ou s'opposent, la prééminence de l'une sur l'autre ont constitué un moment captivant et confusionnant de ma tentative de compréhension du monde psychique mais n'ont heureusement pas découragé dans ma quête.

J'ai poursuivi des formations dans les deux axes ci-dessus. En psychanalyse de groupe -avec la question d'un inconscient qui ne serait pas porté par un individu mais par un groupe, chaque membre du groupe en supportant une partie-, et dans le psychodrame d'enfant, où l'enfant est invité à jouer ce qui lui passe par la tête, vu sa difficulté à dire et à conscientiser certains aspects de sa vie qui l'agitent. Dans l'axe systémique également avec une formation en thérapie de couple, avec l'hypothèse qu'un couple c'est « un+ un = trois », le troisième étant l'entité couple.

Le troisième axe concerne l'hypnose. En hypnose, on utilise la dissociation. C'est la capacité de focaliser son attention (le conscient) sur une chose pendant que le reste de l'esprit fait autre chose. Par exemple on demande au sujet de se focaliser sur une partie du corps, de se concentrer sur ses sensations de sa main ou de son bras. Et pendant que le conscient est « occupé » à percevoir, à sentir, l'hypnothérapeute peut intervenir sur le corps de l'individu (certaines opérations dentaires par exemple) ou s'adresser au psychisme de l'individu pour ouvrir des espaces et débloquent des compétences latentes. La dissociation est une capacité que les élèves emploient souvent même sans le savoir, ils hochent la tête au discours du professeur alors qu'ils sont en train de jouer au foot avec leurs copains...dans leur tête. Inutile de dire qu'ils ne retiennent rien et que dès qu'on les interpelle ils ont l'air- et ils sortent d'un rêve.

Dans ma pratique professionnelle j'ai développé une technique d'apnée thérapeutique¹⁰ que j'utilise dans les situations complexes.

Si je devais me définir, je me situe dans le courant des psychothérapies dites intégratives¹¹.

⁹ Double bind est un message qui comporte deux niveaux logiques différents et qui sont insolubles: «Toi qui m'aime, ne m'aime pas ». Aujourd'hui on dirait paradoxale du type « Face je gagne, pile tu perds ! »

¹⁰ L'apnée thérapeutique est une technique qui utilise l'apnée -arrêt de la respiration-, ce qui provoque rapidement une angoisse importante que l'on apprend à gérer. Cette technique permet au patient de se confronter à une angoisse qu'il provoque, qu'il maîtrise et auquel il met un terme à sa convenance. Je suis présent à ses côtés, je le guide et je l'accompagne dans cet effort, ce qui permet l'expérience d'un lien humain.

¹¹ La psychothérapie intégrative n'est pas une école mais un courant de pensée qui articule plusieurs champs théoriques parfois voisins et parfois antagonistes.

La formation de Fribourg correspond à cette exigence d'aller voir ailleurs, de voir les choses sous un angle différent, une sorte de curiosité transversale, parfois transgressive de certains cadres, qui me pousse à m'interroger. Et au moment de rédiger ce texte, sur lequel mes neurones transpirent, j'en viens à me souhaiter moins de curiosité !

Et ce savoir m'est-il utile, débouche-t-il sur quelque chose ?

Pour répondre passons à la question du pouvoir, du pouvoir thérapeutique...

On me paye, parce que j'ai un savoir, **qui me donne du pouvoir**, et donc une responsabilité de l'Autre parce qu'il vient me confier sa souffrance, souffrance *d'être* humain.

3 ... qui me donne du pouvoir...

Le pouvoir a très mauvaise presse. Il est ce qu'il ne faut pas vouloir, ni avoir !

Dans mon métier, c'est une notion qui n'est jamais abordée, même le mot n'apparaît pas dans les dictionnaires classiques de psychanalyse. C'est dire l'anathème qui règne sur cette notion. S'intéresser au pouvoir vous vaut un regard désapprobateur et on vous conseille une nouvelle tranche d'analyse pour résoudre vos problèmes « infantiles ». La notion de pouvoir n'a pas semblé mériter que l'on se penche sur elle.

Pour ce chapitre je vais m'inspirer de l'ouvrage de Charles Pépin « Qu'est ce qu'avoir du pouvoir ? »¹².

Peut-être parce que le savoir et le pouvoir font mauvais ménage. Les hommes de savoir, curieux de tout, ne veulent pas gaspiller leur temps à commander, à trancher, à décider, ils ont des choses plus passionnantes à faire. Les hommes de pouvoir se méfient des hommes de savoir. Ils craignent ce qu'ils pourraient dire, le regard critique qu'ils jetteraient sur leurs agissements. « Socrate fut condamné à mort parce qu'on le soupçonnait de vouloir prendre le pouvoir. Ses contemporains ne comprenaient pas un homme qui ne vivrait que de savoir tout en proclamant : « Je sais que je ne sais rien. » Sa quête du savoir lui donnait un pouvoir accru sur les autres, ses interlocuteurs, à tel point que les autorités craignirent son succès. Ils l'ont tué parce qu'ils ne le comprenaient pas : un homme de savoir qui ne cherche pas à dominer, à prendre le pouvoir mais qui a du pouvoir (et donc pourrait le prendre) ? Incompréhensible ! Ils pensaient tellement au pouvoir qu'ils étaient incapables de se représenter un homme qui ne soit pas dans la quête du pouvoir. Ils projetaient sur Socrate leur propre obsession du pouvoir.¹³ »

Nous serions ici dans la question du pouvoir social. Que va faire celui qui a du pouvoir. Un dicton dit que : « le pouvoir rend fou », et on a vu souvent des hommes politiques élus à la fonction suprême, devenir tyrans, à vie. Alors si le pouvoir est une tentation, le pouvoir absolu est une tentation... absolue aussi.

¹² Pépin Charles, 2010. Philosophe, écrivain et journaliste français né en 1973.

¹³ Ibid. p.54

« Ils n'en mouraient pas tous mais tous étaient frappés... », écrivait La Fontaine à propos des animaux malade de la peste et l'on pourrait dire la même chose à propos du pouvoir. Mais il n'est pas ici l'espace de débattre de pathologie lié au pouvoir. Contentons-nous de reconnaître que nous sommes tous concerné par lui, comme par le désir, et qu'ils seraient co-substantiel à notre nature humaine.

Alors tentons de répondre à ces deux questions : Qu'est-ce qu'avoir du pouvoir ? Comment avoir du pouvoir ?

Le dictionnaire courant donne du pouvoir la double définition suivante :

- Le pouvoir sur. Etre maître de ...De soi ou des autres.
- Le pouvoir pour. Avoir la capacité de (faire quelque chose).

Mais cette définition souffre d'un présupposé de base implicite qui serait de l'ordre de « l'objectivisation » des choses, comme vu ci-dessus dans le chapitre sur le savoir. Je m'explique. Si j'ai du pouvoir sur les autres, je suis en dehors, au dessus, j'exerce une contrainte ou une action sur quelque chose qui m'est étranger, autre. Je suis une monade, un monde à moi-même et j'exerce une action sur d'autres sphères extérieures.

Pour Pépin, le pouvoir est toujours un pouvoir sur, un pouvoir d'un homme sur d'autres hommes. Et ce pouvoir se joue dans la relation humaine. Le pouvoir n'est donc pas fondé, il n'a pas une assise externe, il n'est pas un objet ou une puissance « magique », il est ce qui se joue entre.

Alors pourquoi un homme aurait-il du pouvoir sur d'autres hommes ?

Les explications sont variées.

« Ceux qui se soumettent au pouvoir du tyran trouvent une forme de satisfaction implicite à ne plus assumer leur liberté, à se décharger du « fardeau de la liberté humaine » (l'expression est de Sartre), à s'en remettre à quelqu'un qui décide pour eux-mêmes, s'il n'est pas toujours agréable d'un point de vue premier ou conscient.¹⁴ »

« Le pouvoir satisfait la soif de puissance de celui qui l'exerce et la soif de certitude et de sécurité de ceux qui le subissent ». (Krishnamurti)

Il y aurait alors des gens qui sont fait pour exercer le pouvoir et d'autres faits pour le subir ? C'est une explication très courante, qui justifie toute les castes ou toutes les dominations, mais allons plus loin dans la réflexion.

Ou alors, est-ce si difficile d'assumer son pouvoir ?

Et si le pouvoir était une question de transmission ?

Alors le pouvoir serait transmission, mais de quoi ?

De lui-même, réponds Pépin.

¹⁴ Ibid, p. 20

« Avoir du pouvoir c'est donner du pouvoir ¹⁵ ».

« Même s'il est autoritaire, injuste ou désagréable, le chef d'entreprise doit donner l'impression qu'il tire l'entreprise dans le bon sens. Si les salariés se disent qu'avec lui ils vont réussir leur vie, gagner plus d'argent, pouvoir se développer professionnellement, alors il aura du pouvoir sur eux – il aura vraiment du pouvoir sur eux. Autrement il n'aura que cette puissance, toujours relative, que lui confèrent objectivement son statut et sa place. Autrement dit, le pouvoir du chef d'entreprise vient de sa capacité à faire ressentir aux salariés qu'ils ont plus de pouvoir grâce à lui – plus de pouvoir humain, plus de pouvoir économique, plus de pouvoir relationnel... Et cette logique là ne peut connaître aucune limite : aucune limite, donc, au « pouvoir sur » ainsi compris, là même où la « puissance » est par définition très limitée. »

Le danger de cette définition du pouvoir est celle de la nature du pouvoir qui est donné par le chef d'entreprise. Si c'est « plus de pouvoir financier, plus d'argent, » et que ceci devient une finalité en soi –comme les bonus des banques- alors ce plus de pouvoir peut perdre son sens. Hitler aussi avait beaucoup de ce type de pouvoir, et il a donné aux allemands l'impression qu'ils pouvaient dominer le monde, qu'ils étaient une race élue...Il a flatté leur désir de force, rappelé les « humiliations » subies, et il les a convaincu que la vérité est dans l'écrasement de l'autre.

Autre serait le pouvoir du professeur : *« L'autorité du professeur vient du désir qu'il éveille chez celui qui l'écoute, chez l'élève : désir de comprendre, d'apprendre, de grandir, de se développer au contact du savoir comme il s'est développé, lui, le professeur, à son contact. Le professeur a du pouvoir sur ses élèves dès lors qu'ils ont l'impression qu'il leur en donne, à eux, du pouvoir sur leurs propres vies. « Grâce à ce professeur, grâce à ce qu'il m'apprend, je vais mieux entrer dans l'avenir, être meilleur dans mes relations humaines et mon rapport au réel », se dit l'élève qui aura le sentiment d'être plus heureux, plus ouvert. Plus intelligent, plus humaniste ; l'envie aussi de réussir sa vie. ¹⁶ »*

Nous avons ici la même difficulté qu'auparavant par rapport aux désirs que le pouvoir éveille. Il y a des désirs plus ou moins moraux, des désirs plus égoïstes que d'autres qui prennent plus en compte le bien commun. Le pouvoir peut réveiller du désir pour... (*L'autorité du professeur vient du désir qu'il éveille chez celui qui l'écoute ...*). Mais ce désir est-il éveillé ou provoqué ? Si j'éveille le désir c'est qu'il dormait chez l'autre. Si je le provoque, je le construis, je l'appelle, je le crée.

Certains penseurs font l'hypothèse que le désir est mimétique dans sa nature. L'homme n'aurait pas de désir propre, à lui. Son désir lui viendrait dans la relation à l'autre. L'humain désirerait ce que l'autre possède : « le désir, c'est le désir du désir de l'autre ¹⁷ ». C'est une question très controversée mais force m'a été de constater dans ma pratique que cette

¹⁵ Ibid, p. 36

¹⁶ Ibid p. 31

¹⁷ Girard, R. (1961) Philosophe français. Auteur de « La violence et le sacré ». Il pose que tout groupe humain engendre une violence qui finit par exploser dans le sacrifice du bouc émissaire. Celui-ci est le seul point d'accord du groupe qui en le tuant réaffirme l'appartenance à la même communauté. Après sa mort, le groupe constate l'apaisement de la tension provoqué par ce meurtre et il finit par lui élever un culte autour duquel le groupe se retrouve.

formule fonctionne souvent. Quelqu'une que personne ne remarque pendant longtemps- parce qu'elle n'y croit pas, se sente pas désirable peut importe- il suffit que quelqu'un s'intéresse à elle, qu'elle réveille le désir d'une personne pour que soudain on « s'aperçoive qu'elle existe », souvent même d'ailleurs dans son entourage habituel ...et que d'autres la désire ! Et souvent elle est devant l'embarras du choix mais ceci est une autre question, que nous laisserons ouverte.

Donc si un homme désire très fort avoir le pouvoir, je voudrais moi aussi l'avoir, et je serais d'accord de lui en donner pourvu qu'il m'en donne à moi, qu'il me permette aussi d'exercer le mien. Peut-être est ce là une des raisons des complicités qui se nouent autour des tyrans, parce que « *il ne tire son pouvoir que de ce que les autres veulent bien lui en donner*¹⁸ ». Il faudrait ajouter alors : « je le laisse exercer son pouvoir, pourvu que je puisse exercer le mien », et ceci serait la partie non-visible de la sujétion apparente aux tyrans. Mais ceci est une autre question.

Le pouvoir et le désir seraient co-substantiels à notre nature, écrivais-je plus haut. Le désir tout le monde connaît. Le pouvoir on l'a vu est une notion qui souffre d'un certain ostracisme. Alors si on « mélange » le pouvoir et le désir, plutôt que la formule « amour ou pouvoir » je préfère la formule suivante : « Le pouvoir est désir, et le désir est pouvoir ». Le pouvoir est quelque chose de désirable, quelque chose que l'on peut souhaiter. Il n'est pas écrasement de l'autre mais capacité à accomplir quelque chose. De même, le désir est pouvoir. Si l'autre me désire j'ai du pouvoir sur lui. Et ce pouvoir je peux m'en servir pour élever l'autre lui demander le meilleur de lui-même. Avec le désir je peux construire quelque chose. Celui qui n'a pas de désir, de souhait, d'envie, détruit, par jalousie celui qui en a un.

L'enfant apprend par mimétisme. Il a envie de faire comme. Il imite, reproduit les actes, attitudes, gestes des adultes, et c'est à force de les refaire qu'il acquiert ses propres capacités. L'envie de faire comme..., d'être fort comme..., d'être aussi bon que ...est un - ou le- moteur du développement de l'enfant. Celui qui n'a pas cette envie est en grand danger et il n'est pas simple de le stimuler à vouloir.

Donc le pouvoir ne serait pas juste avoir le pouvoir sur (maîtrise de...) ou le pouvoir pour (capacité de...) mais il pourrait être une fonction qui se joue dans la relation à l'autre. Avoir du pouvoir, c'est toujours faire éprouver aux autres leur pouvoir. Donc le pouvoir se joue - dans le sens noble du terme- dans la relation à l'autre. Comme le désir donc.

Comme thérapeute j'ai du pouvoir, un certain pouvoir. Un pouvoir contenu entre mes quatre murs. Le patient me prête un pouvoir. Il me fait confiance, il pense que je sais ce que je dis, que j'agis pour son bien, que mes conseils ou directives n'ont pas pour but de me servir mais sont liés à son épanouissement. Je m'interdis de profiter de la faiblesse, passagère ou durable qui peut être la sienne. C'est donc un pouvoir qui est encadrés par des règles déontologique (pas de relation en dehors de la séance, pas de mélange d'intérêt à l'extérieur...). Et il a bien sûr la possibilité de recourir contre moi s'il pense que j'ai mal agis (contre-pouvoir).

¹⁸ Hobbes (1651)

Vu la proximité psychique qui peut se créer dans la relation thérapeutique, la tentation du pouvoir, - dans le sens de la maîtrise de, de la domination de l'autre existe. Je suis bien sûr prié d'être attentif à mes désirs à moi, toujours prompt à s'enflammer. Je dois contrôler les émotions positives ou négatives que la situation peut réveiller en moi, et ne pas les faire porter au patient. De même je suis prié de ne pas faire porter au patient une problématique qui pourrait m'appartenir. C'est ainsi qu'une certaine neutralité - mais pas une indifférence- est requise de ma part (attention au contre-transfert qui est la réaction émotionnelle du thérapeute à son patient).

Cette question autour du pouvoir peut paraître très longue et précautionneuse dans ce travail. Parce que la question du pouvoir en psychanalyse est très sensible. Elle est sous tendue par l'idée centrale était qu'il ne fallait pas influencer le patient. On devait lui laisser découvrir sa propre vérité, laisser surgir ce qui devait jaillir de son inconscient et ne lui en renvoyer que le minimum pour ne pas influencer ce qu'il avait à dire. Il y aurait donc une « vérité » qui devait surgir, comme la Vérité hors du puits, toute nue et la discrétion, l'effacement du thérapeute, était de mise. Pour la psychanalyse classique orthodoxe- qui préconise que le patient ne doit pas voir le thérapeute, qui exclu tout type de relation avec le patient, et qui ne s'intéresse qu'à la vie psychique interne du patient - il est admis que certaines réactions émotionnelles peuvent surgir chez le thérapeute mais elles sont traitées comme des réactions parasites.

Cette attitude si elle a pu convenir à certains types de thérapeutes et de patients, à même d'affronter des heures de thérapies sans voir le thérapeute et capable de supporter des silences très long, à la recherche de leur vérité inconsciente, est quasiment intenable pour la majorité des gens. C'est ce qui a transformé tout un courant de la psychanalyse en exercice intellectuel, mais sans l'implication affective.

Depuis quelques années ces postulats de base sont remis en question. Il est vrai que l'enseignement et la lecture des textes de l'époque ne favorise pas forcément une évolution de la pensée, ce sont les maîtres qui ont dit que et celui qui ne les suit est accusé d'être infidèle ou en dehors du dogme. Et comme les formateurs sont des élèves des élèves du maître, le maintien dans la ligne devient parfois une obsession. J'imagine que toute pensée élevée au rang d'institution peut subir ce sort.

Depuis quelques années, on peut se questionner sur ces aprioris, ce qui donne la citation suivante, chez un psychanalyste pas forcément en odeur de sainteté dans les courants officiels :

« Ce qui précède nous induit à poser une question élémentaire qui risque de nous mener fort loin de l'anthropologie freudienne : pourquoi faudrait-il se garder d'influencer, et donc pourquoi serait-il si grave comme analysant d'être sous influence ? Qu'est-ce que cette liberté qu'il faudrait respecter à tout prix, de quels dangers faudrait-il la préserver. Quels courants d'air auraient donc à craindre sa frilosité ? Il n'y a aucun doute que Freud, et bien des analystes après lui, n'ont jamais pensé la liberté dans d'autres termes que ceux d'une indépendance absolue. S'il y a de l'extérieur qui influe, et surtout si cet extérieur est le plus intime, cela ne peut durer qu'un temps. Il faut que le moi retrouve sa maîtrise et son autonomie. L'idée que la suggestion puisse avoir une part dans le traitement psychanalytique est tellement insupportable que l'analyste est entraîné à se tenir aux limites de l'absence.

Et si par hasard la liberté supposait de parcourir toutes les influences, de les recevoir sans réticence et de les traverser pour en emporter avec soi toutes les richesses, si par hasard la liberté n'était qu'un moment dans une temporalité qui n'appartient pas à l'individu isolé ou qu'un point dans un espace dont il a le plus grand besoin pour se constituer ? Mais, pour penser quelque chose de ce genre, il faudrait abandonner la conception monadique de la psyché, ne plus considérer l'indépendance comme le fin mot de l'histoire, estimer au contraire que nous naissons, que nous vivons et que nous mourons au sein d'une multitude de relations, grâce à une multitude de relations qui nous définissent et qui sont sans cesse à susciter et à réactiver pour qu'une existence propre soit possible. La liberté a pour condition l'influence, parce qu'elle ne peut être rien d'autre que son appropriation. Freud a peut-être créé une situation thérapeutique que son anthropologie interdit de penser, qu'elle ne peut pas penser, qu'elle empêche de penser et qu'elle dit qu'il ne faut pas penser. »¹⁹

C'est l'idée de l'influence qui m'intéresse ici, avec cette notion que la liberté émergerait d'avoir à traverser toutes les influences, de s'en être nourris, de se les être approprié pour ensuite les critiquer pour en garder la trace comme une question vivante. Donc la relation thérapeutique implique une influence, cette influence est à subir, à intégrer et à dépasser. Nous sommes là bien loin de la neutralité bienveillante !

Et cette question sur les influences ouvre le chapitre la question de l'intersubjectif et sur la responsabilité de l'autre dans mon travail.

On me paye, parce que j'ai un savoir, qui me donne du pouvoir, **et donc une responsabilité de l'Autre** parce qu'il vient me confier sa souffrance, souffrance *d'être* humain.

4 ...et donc une responsabilité de l'Autre

J'avais prévu initialement de parler ici de l'Autre. De l'autre comme autre, comme étranger. Comme quoi ma formation analytique freudienne de base -ou la déformation c'est selon- est bien toujours prégnante.

Alors tentons de changer de paradigme, freudien, parce qu'il est vrai que Jung, avec son concept d'inconscient collectif²⁰, s'est éloigné de cette définition.

Donc si l'humain n'est pas une monade alors comment concevoir son psychisme ? Si l'on reprend le développement de l'enfant il est souvent dit qu'il s'ouvre au monde. Le problème est qu'au départ il n'a pas conscience des limites qui sont les siennes, il ne sait pas qu'il vit à l'intérieur d'une peau, et que celle-ci est séparé des autres. Dans sa pensée l'enfant fait peau commune avec la mère et ce n'est que très progressivement que l'enfant va réaliser qu'il est séparé de cette mère, qu'il est seul dans son corps. C'est le Moi-Peau. Bien sûr qu'il n'est pas

¹⁹ Roustang, 1990, p35. Jésuite, philosophe et psychanalyste français né en 1923 Il a beaucoup travaillé autour de l'hypnose. Il réintroduit l'idée que l'humain est un animal (au sens noble du terme et pas une bête), par son corps, son soma, et qu'ainsi il définit l'homme comme un psychique somatique.

²⁰ Jung donnait une image des individus qui est la suivante : si on regarde les individus, ce sont tous des îles isolées. Mais si le niveau d'eau vient à baisser on va s'apercevoir qu'ils sont reliés les unes et autres et qu'ils sont parties de la même terre par leur base. C'est la raison pour laquelle il a étudiés des civilisations diverses et trouver des analogies structurelles dans leurs croyances ou dans les représentations qu'elles se faisaient du monde, sans avoir été en contact les unes avec les autres.

réduit à cette seule dimension somatique, mais c'est toujours un choc pour l'enfant de constater la réalité de cette coupure. Et même s'il le sait un jour, le lendemain il a « oublié » et il doit se reconfronter à cette réalité.

C'est environ au stade anal que l'enfant va prendre conscience d'un intérieur et d'un extérieur. Quelque chose qui était en lui (ses fèces), qui était lui, se séparent de lui et deviennent extérieures ! C'est là tout le travail autour des limites, du comment les construire, les sentir, les faire valoir. Travail qu'il devra poursuivre tout au long de sa croissance, et comme celle-ci ne s'arrête pas, c'est aussi le travail que nous devons poursuivre, autour de ce qui est à nous ou à aux autres, ce qui nous pouvons partager ou pas, ce qui est disponible à tous, de l'usage que nous faisons de notre corps et du corps de l'autre, de ce qui est privé ou social...

Alors on pourrait dire que l'enfant ne s'ouvre pas au monde, il se ferme plutôt. Il établit petit à petit, des limites avec le monde extérieur, des frontières plus ou moins poreuses. Pendant longtemps l'enfant est persuadé qu'on peut lire dans ses pensées, qu'on sait tout de lui. C'est un bouleversement pour un enfant de raconter une chose qu'il n'a pas faite et que les adultes le croient. Soudain ces adultes ne sont pas tout puissants, ils ne devinent pas tout ! C'est inquiétant d'un côté, parce que si je disparaissais ils ne sauraient pas où je suis, mais d'un autre côté si maman pense que je suis dehors alors que je joue à la Playstation chez mon copain, alors j'ai une certaine marge de manœuvre. Et c'est ainsi que l'enfant peut développer une vie intime, un jardin secret, une pensée qui échappe aux autres.

On comprend donc que l'édification de ses limites, leur construction, la pose de frontière entre ce qui est autorisé ou pas puissent être sujet à beaucoup de variations individuelles en fonction de l'accompagnement ou pas dont l'enfant a bénéficié dans ces processus. Les limites se retrouvent donc au croisement de l'individuel, du familial et du social.

Donc pour avoir une identité, il est nécessaire de fermer des frontières, de poser des limites, parce que l'intime serait le résultat de la construction d'une frontière, frontière qui permet de filtrer, de décider qui peut rentrer ou pas. Une frontière n'est pas une fermeture ou une clôture mais une frontière est ce qui oblige l'autre à s'arrêter, à sonner avant qu'on l'autorise ou pas à rentrer. Ce travail de pose des limites évolue tout au long de l'enfance. Par exemple à l'adolescence le problème est celui des limites de ce corps qui s'agrandit, dans lequel je me perds, qui prends une dimension et une force que je ne peux pas toujours vérifier, ce corps aussi qui a soudain un impact sur les autres, leurs regards changent... Frontière corporelle à modifier, qui peut m'approcher ? dans quel contexte ? de quelle manière ? avec qui et pour faire quoi ? Et comment appeler cet espace qui n'est pas tout à fait moi, pas tout à fait l'autre mais qui nous réunit, nous rassemble et nous permet de vivre, chacun pour soi, mais avec l'autre, le plaisir dans la sexualité par exemple.

Une fois cette identité acquise, et conscient que celle-ci évolue, se transforme, comme le corps ou les incidents de la vie, comme la maladie ou la faiblesse, qui viennent re-questionner notre « être au monde », nos limites, et surtout la dernière celle de la mort, préparée par la vieillesse. Comme le dit si bien le proverbe, « la jeunesse est une maladie qui se soigne chaque jour ». Donc notre psychisme ne cesse d'évoluer, nous ne sommes pas les mêmes adultes à 20ans qu'à 50.

Mais laissons cela de côté, et tentons de réfléchir à cette responsabilité de l'autre qui est dans le titre.

Alors réfléchissons avec Nietzsche à la place de l'Autre possible.

On ne mesure sa puissance qu'au contact de l'étranger. [...] La question est donc celle-là : a-t-on assez de ventre (de courage), de tête (d'intelligence) et de cœur (de vie), est-on assez fort et assez confiant en notre force pour ménager, au milieu de nos meubles, une place pour celui qui dérange ? Être un grand vivant, c'est avoir le luxe de l'autre, de l'étranger, de la différence et du différend. Seule la faiblesse (le penchant au confort, à l'identique, à la climatisation...) se sent menacée par ce qui lui demanderait de se dépasser. [...] N'est donc pas puissant qui vit dans l'autisme de sa puissance. ²¹»

« L'accueil de ce qui est étranger à la fois suppose et exige, requiert et fait naître une civilisation soucieuse de se dépasser et de s'inventer. »

Donc seule la grandeur permet de faire une place à l'autre. Il faut être puissant pour accepter cette différence que l'autre amène. Mais si je fais une place à l'autre alors il va y avoir rencontre, frontière commune, un espace intersubjectif, un espace entre les deux sujets. Se pose lors la question des modalités, des lois de la rencontre.

Donc le cadre qui est posé à autrui, la possibilité qu'il a de le façonner, de le questionner, de le remettre en question sont des éléments importants pour la croissance. C'est une des raisons qui font que je laisse un cadre le plus large possible dans mes traitements. Par exemple je n'impose jamais une fréquence des séances, je laisse le patient me dire le rythme qui lui convient, rythme qui peut changer en tout temps. La gestion de mon agenda professionnelle ne s'en trouve donc pas simplifiée, mais je préfère que quelqu'un vienne me voir à sa convenance qu'à la mienne. Le respect commence par la liberté de l'autre. Et la mienne puisque j'exerce une profession « libérale », c'est-à-dire que je peux refuser de travailler avec un individu.

Alors cet autrui qui vient me voir, que vient-il me confier ?

Sa souffrance, alors réfléchissons-y.

On me paye, parce que j'ai un savoir, qui me donne du pouvoir, et donc une responsabilité de l'Autre **parce qu'il vient me confier sa souffrance**, souffrance d'être humain.

5 ... parce qu'il vient me confier sa souffrance...

Sa souffrance. Son incompréhension. Son incapacité. Ses blocages

La souffrance psychique évolue, elle change en fonction des époques. Du temps de Freud, dans la région où il a travaillé, la difficulté venait de gens intégrés, normaux, en bonne santé, d'un bon milieu, qui souffrait de troubles incompréhensibles. Du temps de Freud, la maladie mentale était vue comme de la folie, comme un dérèglement organique ou psychique, auquel il fallait juste tenter de remédier. Freud vivait à Vienne, dans une société très

²¹ Steffen, 2008, p.180

puritaine et il a eu en traitement des gens- en bonne santé par ailleurs- qui souffraient de troubles liés à la sexualité. Il s'est alors intéressé au développement de la vie sexuelle et il s'est aperçu qu'elle commençait beaucoup plus tôt que ce que l'on pensait. Il a découvert que l'enfant avait très tôt une activité de curiosité autour du fonctionnement de son corps et il a proposé une modélisation de la croissance de la vie psychique au travers de la sexualité (stade oral, anal, génital). Il a fait l'hypothèse que le développement de l'enfant est psychosexuel, le « psycho » suivant « le sexuel ». Aujourd'hui si l'on a gardé ces références, on parlerait plus du développement corporel, moteurs, langagiers, des limites, ou des failles dans les développements des limites.

Au jour d'aujourd'hui les questions autour de la pathologie et de la souffrance psychique sont le fruit de luttes idéologiques et économiques acharnées. Le DSM V, en préparation, qui est la bible des maladies mentales, d'origine américaine, et qui fait référence auprès des assurances, a étendu la liste des maladies à tel point que tout est pathologie. N'importe quel comportement humain, même la tristesse la plus banale, y est référencée et peut justifier des « soins. L'enjeu étant qu'un comportement qui n'y serait pas inclus n'aurait pas d'existence « officielle ». A telle point que quelqu'un qui n'aurait pas le sentiment d'être heureux aurait droit à un traitement médicamenteux, remboursés, lui assurant le droit au bonheur...On assiste donc à une dérive phénoménale comme avec la mode des enfants hyperactifs. Au départ ils étaient un pourcentage infime, et maintenant dès qu'un enfant s'agite sur sa chaise, il est prié d'aller consulter pour se calmer Je n'entrerai donc pas dans ces définitions et je partirai simplement de ma pratique et d'une catégorisation qui m'est propre.

Pour la simplicité de l'exposé je diviserai- artificiellement- la souffrance qui m'est apportée en trois catégories.

La première, la plus classique, qui correspond à la définition d'Heidegger de la maladie en médecine, concerne une souffrance du manque, de l'absence de l'inachevé, du « pas reçu ». Un enfant est né, il arrive dans un milieu qui ne peut lui apporter ce dont il a besoin, parfois ce milieu se sert de lui et malgré tout, pour ceux qui survivent - parce qu'ils ne survivent pas tous-, il parvient à l'âge adulte. A un moment, il vient m'apporter un sentiment d'incomplétude, d'incompréhension, un sentiment d'avoir fait pas juste mais sans savoir comment.

On est ici dans le domaine de la pathologie au sens habituel du terme. La résolution de cette problématique ne passe pas par une démarche intellectuelle de type « Je comprends... », « Ils ont fait du mieux qu'ils pouvaient... » -comme on le voit beaucoup dans les films ou la rencontre thérapeutique est condensé, *singé* en quelque sorte pour des raisons de temps, de format cinématographiques. Il est nécessaire de construire un espace d'accueil, un espace d'écoute, de respect, de confiance - ce qui demande du temps- pour que l'injustice, la colère, le pourquoi, le «pourquoi moi » viennent se faire entendre par un humain-thérapeute- qui doit accepter de se laisser questionner, parfois « maltraiter » car ces questions, si elles n'ont pas forcément de réponse, doivent pouvoir être posées. Maltraité comme l'a été le patient-enfant en son temps et le thérapeute doit, comme lui, survivre, à ces attaques et ne pas y répondre.

C'est Winnicott qui a développé ce thème dans un article intitulé : « La haine dans le contre-transfert.²² ». Il parle de la charge de travail qu'implique la relation avec un certain type de patients. Il dit : « ... le psychanalyste ne doit pas se contenter d'étudier pour lui les stades primitifs du développement affectif de l'individu malade ; il lui faut aussi étudier la nature du fardeau affectif que le psychiatre supporte dans son travail.... Quel que soit l'amour pour ses patients, il ne peut éviter de les haïr et de les craindre, et mieux il le sait, moins il laissera la haine et la crainte déterminer ce qu'il fait à ses malades » Il ajoute plus loin : « Avant tout, il ne faut pas qu'il nie la haine qui existe réellement en lui. La haine qui est justifiée dans la situation présente doit être dégagee et mise de côté, en quelque sorte pour une interprétation éventuelle. »

Il ajoute quelques pages après : « L'analyste doit être prêt à supporter la tension sans s'attendre à ce que la malade sache quoi que ce soit de ce qu'il fait, peut-être pour une longue période. Pour y parvenir, il faut qu'il puisse se rendre compte de sa crainte et de sa haine à lui. Il est dans la position de la mère d'un enfant à naître ou nouveau né... Il y a une énorme différence entre les malades qui ont eu des expériences précoces satisfaisantes, que l'on peut découvrir dans le transfert, et ceux dont les expériences très précoces ont été si déficientes ou si distordues que l'analyste doit être le premier dans la vie du malade à lui fournir certains éléments d'environnement essentiels. »

Chez Winnicott (en 1958) le mot haine est à entendre dans son sens de la colère de la réclamation égoïste de l'enfant : « Je veux ce sein, je veux ces soins, quoiqu'il vous en coûte » dit l'enfant qui est indifférent- par ignorance- de l'autre. On retrouve ici la citation de Nietzsche sur la puissance qu'il faut avoir pour accueillir l'autre, lui faire une place. L'enfant est trop faible, trop fragile pour le faire (cf. p 16).

C'est bien plus tard, en 1984, que le psychanalyste J. Bergeret fera l'hypothèse de ce qu'il a appelé : « La violence fondamentale²³ »: L'enfant en arrivant au monde serait persuadé que la loi est du type c'est « moi ou l'autre ». Quand il tète le sein de sa mère, l'enfant aurait le fantasme, l'idée, la crainte, de l'avoir vidé, d'avoir « tout pris », et donc d'avoir détruit sa mère, et il s'attendrait à une sorte de vengeance de celle-ci, se qui constituerait le socle de la culpabilité primaire. Il lui faudra répéter souvent cette expérience pour comprendre que s'il vide ce sein, ce sein a la capacité de se remplir et que donc il n'a pas détruit, qu'il n'a pas dévoré sa mère ! Dans ce vécu qui s'étale sur plusieurs mois, l'enfant vérifie qu'il y a suffisamment, que la source est abondante (on pense ici à la Corne d'Abondance) que l'enfant peut calmer sa crainte du manque et peut apaiser son angoisse du manque, du pas assez (peut être que l'avidité aurait là une de ses sources, dans cette « conviction qu'il n'y en aura pas assez pour tous alors je dois prendre ce qui m'est nécessaire »). C'est au terme de ce parcours que l'enfant, rassuré de la solidité de l'objet (de l'autre, de ce qui n'est pas lui), après qu'il ait vérifié et revérifié que son avidité n'a pas détruit l'autre, qu'il y en a

²² Winnicott D.W, 1958, p.72 et suivante

Winnicott (1896-1971), médecin, pédiatre et psychanalyste anglais, il s'est intéressé au développement de l'enfant en lien avec les soins maternels primaire. On lui doit la formule « une mère suffisamment bonne », c'est-à-dire qui donne suffisamment mais pas trop, sachant satisfaire l'enfant sans le gaver, et qui sait introduire progressivement certaines frustrations.

²³ Bergeret. J, 2000

suffisamment pour lui ET pour l'autre, que l'enfant pourra s'attacher à sa mère, c'est-à-dire faire le lien avec la vie. Ce sera le stade de la gratitude ou l'enfant peut reconnaître que ce qu'il a reçu ne lui était pas dû mais qu'il lui a été donné par amour, par générosité. Et nous retrouverions ici la possibilité du don, ou chacun a reçu et donné ce qu'il avait, la mère le sein et l'enfant son sourire, sa joie de vivre.

Et c'est parce que sa réclamation-vitale- son besoin-nécessaire- a été apaisé que l'enfant pourrait reconnaître l'autre, lui faire une place et progressivement qu'il pourra nouer des liens affectifs avec l'autre. Et là encore il devra parcourir un long chemin pour accéder au stade de l'ambivalence : avec les deux composantes que la relation implique entre l'amour et la haine : « je peux haïr ceux que je j'aime et aimer mes ennemis que je haïs ».

Cette logique du moi ou l'autre, cette crainte que l'autre nous prenne notre place, qu'il n'y aurait plus de place si j'accueille l'autre, aurait donc des racines psychiques profondes, ce qui expliquerait peut être le « succès », la persistance, le retour de ces thèmes que l'on croyait éculés dans certaines thématiques politiques : l'autre, l'étranger, celui qui n'est pas comme nous est dangereux, il nous veut du mal, par conséquent nous devons l'éliminer avant qu'il ne le fasse.

Donc l'autre n'est pas une notion première dans le psychisme. Je ne sais pas qui je suis et j'arrive dans un monde qui doit m'accueillir, se moduler à mes besoins. Si le monde s'est modulé, alors et alors seulement, je pourrai intégrer la notion de l'autre, le reconnaître. Ensuite cet autre fait peur, parce qu'il est étranger, il n'est pas tout à fait comme moi, il n'y a qu'à voir les différences entre les garçons et les filles, et en plus cet autre éveille mon désir, - peut être par le désir qu'un semblable à moi à de lui- en tout cas mon désir est bien là, et il entre en concurrence avec des autres étrangers qui viennent me disputer ce qui est à moi, - ma terre, mes possessions, les femmes de ma tribu que sais-je encore ! Quelle complexité que la vie !

En thérapie ce type de patient nécessite beaucoup de patience, d'accompagnement dans le temps. Ils sont sans cesse à vérifier la disponibilité du thérapeute. C'est la raison pour laquelle la thérapie, selon moi, est un métier de service. Il est nécessaire avec ce type de patient d'être comme une pâte à modeler, il peut lui donner la forme qu'il veut, il peut la déformer, elle ne casse jamais. Une fois cette certitude acquise, alors le travail d'apprentissage de la relation peut débuter, la prise en compte de l'autre par le patient, la connaissance de l'autre, sa spécificité peut se mettre en place. L'autre n'est plus alors un double ou juste un objet présent pour combler mes besoins, mais un autre avec lequel je vais entrer en relation, en négociation.

La seconde catégorie concerne des situations moins graves parce qu'après avoir reçu un accompagnement digne de ce nom, des patients se sentent perdus dans le monde actuel, ne trouvent pas les repères qu'ils espèrent et craignent d'être anormaux ou inadaptés. Autant chez le premier type l'identité n'était pas encore établie, ici elle l'est, mais ils ne savent pas comment faire juste ou bien. Ce type de travail est parfois assez proche d'une démarche philosophique, dans le sens de la recherche de la valeur, de la vérité, de ce qui correspond au patient.

Dans notre société la notion de pêché n'a plus trop droit au chapitre, celle de faute est dans un sursis précaire. Mais tout ceci a été remplacé par la norme. Les gens vont fixer leur

comportement sur les normes émises par les médias par exemple. J'en veux pour exemple ces couples qui viennent me demander : « combien de fois par semaine on doit faire l'amour pour être normal », parce que dans le journal X ou Y, ils disent que... avec des chiffres que n'importe quel couple normalement constitué n'atteint jamais dans la réalité !

C'est à cette catégorie de patient que je rattacherai à la notion de santé, de grande santé de Nietzsche.

Nietzsche donne une analyse de la maladie de l'homme moderne : « *En vertu de la haine que l'homme porte désormais contre tout ce qui, en lui-même, relève de la plus grande vitalité (conquête, force, violence...), la culture, selon Nietzsche, est désormais conçue comme une domestication, c'est-à-dire un affaiblissement organisé de tout ce qui est fort.*

*Mais le propre de la culture au sens faible est d'interpréter sa tâche comme une destruction de ces instincts : parce qu'il faut rendre l'homme aimable, plein de sollicitude envers le faible, on éradique sans ménagement ni subtilité tout ce qui relève de la pulsion, de la force, de l'agressivité. « De tout temps [l'Église] a mis le poids de la discipline sur l'extermination (de la sensualité, de l'orgueil, de la volonté de dominer, de posséder et de se venger.» L'homme tel qu'il ressort de cette domestication a désormais l'air « d'une caricature d'homme, d'un avorton : il était devenu un « pécheur » ». Le mot est lâché : éduquer par le péché, c'est entretenir dans la conscience ce qu'il y a en elle de mauvaise conscience. C'est neutraliser, paralyser tétaniser l'homme –et non point l'élever. « Couché, malade, pitoyable, il s'en voulait maintenant à lui-même : plein de haine contre les impulsions vitales, plein de soupçon pour tout ce qui est fort et heureux. En un mot, il était devenu « chrétien ».*²⁴

« *Il s'agit pour Nietzsche de conserver la vitalité de l'instinct, d'en canaliser le flux, et non pas d'en tarir la source. Il s'agit non plus de mépriser la force, mais de la maîtriser. La bête en l'homme sera ainsi domptée et non pas rendue malade*²⁵».

Je rejoins malheureusement Nietzsche dans son analyse. En effet, de nos jours, on assiste à une féminisation de l'éducation. J'ai écrit féminisation alors que je devrais écrire « négation de la différence ». La négation de la différence- des sexes ou des générations- est un signe de la perversion en psychanalyse. Le pervers ne supporte pas de ne pas être Tout, il veut être homme et femme, il ne supporte pas la « castration », soit le fait de n'avoir qu'un sexe et pas les deux. Le pervers ne le dit pas ainsi, il attaque les « petites » différences, il relativise toute les règles, pose qu'il n'y a aucune d'absolue et que donc tout est relatif et il discute toute les limites. Les garçons c'est la même chose que les filles, les couples hétérosexuels et les couples homosexuels c'est « identique », l'amour avec un homme c'est la même chose qu'avec une femme...

Contrairement à ce qu'on lit partout, les hommes et les femmes s'ils sont égaux ne sont pas pareils, pas identiques. Le développement psychique d'un garçon n'est pas le même que celui d'une fille. En résumé sommaire, on peut dire qu'un garçon se construit au travers de ses muscles (action de grimper aux arbres), une fille au travers de sa langue (entendu ici dans le sens relationnel, d'échange avec l'autre). Je rencontre beaucoup d'hommes qui n'osent pas s'affirmer, s'affirmer est équivalent pour eux à « écraser l'autre » et donc « être

²⁴ Nietzsche, p98

²⁵ Steffen, M, 2008, p. 163

méchant ». Et beaucoup de femmes viennent se plaindre de l'indécision masculine ! Il y a un travail à faire autour de la masculinité et de la différence.

L'altérité n'est possible que si chacun a conscience de son identité propre, et qu'à partir de qui on est- un pilier par exemple- on va faire pouvoir aller vers l'autre, -et s'il est aussi un pilier, alors le pont à quelque chance de tenir-. Mais si les piliers du pont ne sont pas stables, que faire... Et s'ils comptent sur l'autre pour les épaulés, alors bienvenu aux mondes des éclopés. Chacun attendant que l'autre lui amène la satisfaction, le bonheur, la plénitude qu'il est en « droit » de recevoir.

Et ceci introduit une troisième catégorie de la maladie, qui pourrait être inclus dans la seconde. Mais le développement des stratégies marketing autour de ce qui est désirable, de la culture du mimétisme, -culture non pas dans le sens intellectuel mais dans le sens de la production psycho-industriale-financière- qui poussent les humains à en vouloir toujours plus et à n'être pas satisfait, donne cette troisième catégorie de « malade » par insatisfaction. Non pas qu'elle soit forcément nouvelle, l'avidité, la recherche du bonheur, l'insatisfaction, la réclamation du plus est de toute les époques mais comme cette insatisfaction envahit le domaine thérapeutique j'ai choisi de la traiter à part.

La troisième catégorie des patients qui viennent me consulter sont victimes d'un sentiment d'incomplétude. « Ils ont, ou auraient tout » selon leur dire, mais ils ne sont heureux.

Cette sensation, ce sentiment diffus que quelque chose d'essentiel leur échappe, on a pu tenter de le définir par le concept de « besoin flou²⁶ ». Le besoin flou est défini par un état de manque, d'insatisfaction, insidieux, sans objet concret. *Le « besoin flou » est un état virtuel qui ne s'actualise que lorsqu'un objet est mis en avant et proposé comme pouvant apporter soulagement, gratification, satisfaction par quelqu'un doté d'un certain prestige. Alors, et alors seulement, s'actualise le « besoin flou ».*

Le besoin flou serait à différencier du besoin. *« En effet, si le besoin de nourriture est indiscutablement « réel », les besoins de méditer, de manger « cru », de « se libérer par la décharge émotionnelle », etc. ne sont pas tout à fait du même ordre. Ils relèvent du fantasme, de l'imaginaire, de la symbolique, etc. C'est pourquoi nous avons forgé le concept de « besoin flou » véritable aptitude à éprouver en soi un état de besoin et que nous nous garderons bien d'identifier, comme le fait Lacan, à une métonymie du besoin d'amour, évitant ainsi l'écueil du réductionnisme psychanalytique.²⁷ »*

Ce besoin flou est très facile à activer. Il suffit de réunir des gens et de leur demander : « Etes vous en bonne santé ? ». La plupart du temps la réponse est « oui ». La question qui suit est : « Souhaiteriez-vous être en meilleur santé ? ». Le mot « meilleur » n'a pas de référencement, il est flou et induit l'idée d'un « mieux-être ». Alors tout le monde veut être en « meilleure » santé. Et il ne reste plus qu'à vendre-très cher- le produit ou la méthode.

Ce « besoin flou » serait proche de la notion du désir mimétique, vouloir ce que l'autre a, ce qu'il possède, celui qui ne possède rien ou si peu et qui dit être heureux !

²⁶ Gérôme Paul 2004, Anthropologue, auteur de *L'alogique du corps. Mythanalyse et taxinomie des techniques du corps contemporaines*. Il s'est intéressé aux techniques autour du corps et au marketing qui l'accompagne.

« Le corps a des raisons que la raison ne connaît pas ».

²⁷ Ibid p. 35

Je ne résiste pas au plaisir de citer un extrait d'un ouvrage qui illustre ce thème « mieux » que je ne saurai le faire : « *Patrick observait les visages des processionnaires. Pour la plupart, ils étaient horribles à voir. On y lisait l'avidité matérielle, une forme répugnante de contentement de soi mais surtout la tension douloureuse d'un manque fondamental. Le système globalien creusait chez ceux qui lui étaient livrés un trou béant : celui d'un permanent désir. D'une insatisfaction abyssale, capable d'engouffrer, sans en être jamais comblé, toutes les productions que la machine commerciale pouvait proposer. Ce qui restait dans ces regards c'était le pur vestige, à un haut degré de concentration, d'une barbarie domestiquée, rendue inoffensive par sa soumission à l'ordre marchand. Globalia avait en quelque sorte retourné l'horreur contre tous. Ceux qui, en d'autres temps, eussent été tortionnaires, inquisiteurs ou geôliers ne tourmentaient plus qu'eux-mêmes, grâce au seul instrument d'un désir enflé à l'extrême, qui les écrasait. C'était là sans doute le meilleur des mondes possibles.*

À condition de ne pas y vivre », ajoutait intérieurement Patrick, en avalant son café neutralisé, eau noire et fade d'où toute substance toxique avait été retirée.²⁸ »

Cette souffrance serait une souffrance « moderne », une souffrance d'une société en surabondance, où tous les biens matériels sont comblés, et où la vie n'aurait plus de sens autre que la consommation, consommation qui serait une consolation, de la consommation qui serait... Un cercle vicieux donc. La Suisse est tristement la championne du monde du taux de suicide par habitant.

La publicité, les connaissances en psychologie, les techniques de manipulation qui en découle, la culture de l'avidité et la nécessité économique de produire et de consommer toujours plus se sont alliés pour cultiver l'insatisfaction du désir, l'inassouvissement définitif du désir. Et une fois ce stade atteint, il reste encore une marche à franchir, pour tous les insatisfaits, celle de la consommation-ou la consolation à nouveau- des médicaments qui viennent calmer ceux qui n'en peuvent plus.

Il est donc nécessaire ici de faire une sorte de rééducation du sentiment, l'apprentissage de la différence entre être et avoir, l'écoute de ses besoins profonds, qui existent et qui demandent à être comblés, avec d'autres envies superficielles -chronophages et peu satisfaisantes- en fin de compte. Ici le travail thérapeutique s'apparente à un apprentissage entre ce que je veux et ce que je souhaite, ce que je suis prêt à investir en temps et en énergie, et la satisfaction que cela me procure ou le plaisir que j'en tire. On le voit ici la philosophie, avec l'apprentissage de la sagesse, est la bienvenue. Les techniques corporelles aussi pour réapprendre à se sentir, à s'éprouver, à accueillir des sensations simples mais concrètes, humaines, sans avoir besoin à vouloir un ressenti plus fort, plus intense...

Et ceci nous amène naturellement à cette question de la souffrance *d'être* humain.

On me paye, parce que j'ai un savoir, qui me donne du pouvoir, et donc une responsabilité de l'Autre parce qu'il vient me confier sa souffrance, **souffrance d'être humain**.

²⁸ Ruffin, J C, 2004, p. Jean-Christophe Ruffin (1952), médecin, [écrivain](#) et diplomate français. Il a été élu en 2008 à l'[Académie française](#).

6 ..., souffrance d'être humain.

Pour commencer je reprendrai cette phrase de Shakespeare : « *Etre ou ne pas être, là est la question* ²⁹ » en la transformant un peu en « Etre ou pas; être là est la question ». Puisque nous sommes, et nous avons choisi de continuer d'« être », acceptons ce postulat de base et passons à la suite si vous le permettez.

« *Un être humain est un échantillon temporel de la nature humaine* ³⁰ » à nouveau ici la question philosophique de l'humain ne va pas être débattue. Nous sommes des êtres humains, un échantillon temporel de la nature humaine, et posons-nous la question suivante : « Que faire ? » ; « Comment ? », « Pour quoi ? », « Pour qui ? »

Je reprendrai une citation d'un auteur psychanalytique qui énonce les concepts suivants : Piera Castoriadis-Aulagnier ³¹ qui : « *a introduit la notion de contrat narcissique pour souligner que chaque sujet vient au monde de la société et de la succession des générations en étant porteur de cette mission d'avoir à assurer la succession de la génération et de l'ensemble social. Il est porteur d'une place et d'un ensemble et, pour assurer cette continuité, l'ensemble doit à son tour investir narcissiquement cet élément nouveau. Ce contrat assigne à chacun une certaine place qui lui est offerte par le groupe et qui lui est signifié par l'ensemble des voix qui, avant chaque sujet, a tenu un certain discours conforme au mythe fondateur du groupe. Ce discours inclut les idéaux et les valeurs ; il transmet la culture et la parole de certitude de l'ensemble social. Ce discours, chaque sujet, d'une certaine manière, doit le reprendre à son compte. C'est par lui qu'il est relié à l'Ancêtre fondateur. La fonction identifiante du contrat narcissique est ainsi mise en évidence.* »

Donc avant nous, il y avait quelqu'un. Ce « quelqu'un » a veillé sur nous, il a pris soin de notre faiblesse constitutionnelle, et si nous sommes adultes, nous ne nous sommes pas fait tout seul, contrairement à ce que certains aimeraient croire. On nous a donné une place-plus ou moins grande-, à nous d'en faire quelque chose. Si on le veut, on peut « engendrer » la génération qui suit,- pas seulement au sens biologique du terme, mais aussi au sens symbolique, de la transmission de la valeur de la vie.

Elle ajoute : « *J'insiste sur cet aspect conflictuel entre « être soi-même sa propre fin » et être constitué comme maillon, héritier et serviteur de la chaîne intersubjective. J'insiste aussi sur la garantie, assurée par la mère au nom de l'ensemble dont elle est porte parole, garantie qui fait fonctionner le contrat et dont résulte une dette narcissique symbolique dont chaque sujet s'acquitte dans son investissement de transmission (dans le groupe des contemporains et dans la descendance.)* »

Conflictuel est à entendre ici dans le sens analytique, dans le sens d'une confrontation entre deux éléments, le but n'étant pas que l'un l'emporte sur l'autre mais que ces deux positions discutent, cherchent un équilibre toujours à redéfinir. Au sens philosophique on emploierait certainement le terme de « dialectique ».

²⁹ Shakespeare, 1603, acte 3, scène 1.

³⁰ Winnicott, 1990, p. 23

³¹ Piera Castoriadis-Aulagnier, 1985, p. 272 Médecin psychiatre, psychanalyste (1923-1970).

La mère est porteuse d'une mission « sociale », elle a pour mission d'humaniser l'enfant qui au départ est égocentré et pense que le monde tourne autour de lui. Cette désillusion de l'omnipotence infantile doit se faire progressivement et en tenant compte des capacités de l'enfant, sinon il y a soit des blessures narcissiques-avec les revendications tout au long de la vie-, soit un effondrement qui se traduit par des idées délirantes, bref toutes les pathologies psychiques.

Tournons-nous maintenant vers un philosophe qui donne une définition de la vie qui offre cette possibilité d'ouverture. « *La définition que Nietzsche³² donne de l'homme, à savoir qu'il est une expérimentation de la vie sur elle-même, convient à toute forme de vie et, par extension, à tout ce qui existe. À condition d'entendre le terme « expérimentation » dans son acception non savante, non-scientifique : l'expérimentation ici n'entend rien prouver, ne veut rien vérifier car elle ne vise rien. La vie ne veut rien qu'essayer, au hasard ; pour elle, il s'agit à chaque instant de tenter le tout pour le tout, quelle qu'en soit la dépense.*

Selon Nietzsche, la vie (qu'il nommera « volonté de puissance ») crée, de façon non réflexive, non intentionnelle, spontanée, une pluralité de formes ...

La fin d'une chose, autrement dit son sens, vient après coup, et la donation de ce sens est elle aussi une création puisque, répétons-le, la chose ne porte pas en elle-même d'autre sens que d'être le signe lointain. La trace vivante, que la vie est en son essence création généreuse. »

La vie nous a été donnée, par hasard, elle n'a pas de sens en dehors d'elle-même, -on ne la mérite pas contrairement à ce que certains disent « je mérite de vivre !- elle est un don, don qui ne prendra que le sens que notre puissance veut bien lui donner, du sens de notre donation. Quelle liberté vertigineuse, il y a de quoi la refuser ! La vie n'est donc pas facile. Elle prend son sens dans le sens qu'on lui donne. Cette souffrance d'être humain est souffrance si cette vie est un non-sens. « *Souffrir c'est souffrir de non-sens* » disait Nietzsche. Pas seulement certes, mais celui qui peut donner un sens, une signification à sa vie souffre certainement moins que celui qui vit, ce qui représente un effort, sans savoir quel sens donner à cet effort ou sans savoir que faire du don qu'il a reçu.

7 CONCLUSION

C'est avec la phrase d'Hegel : « *Je suis ce que je sais* », - et non l'inverse - que je vais conclure.

Pour le psychanalyste que je suis ne pas pouvoir écrire : « je sais ce que je suis » après toutes ces années de travail et de réflexion est difficile et mets à mal mon orgueil. Si l'on prend la maxime de Socrate : « *Connais-toi toi-même* » il y a de quoi être désespéré. Alors laissons cet épiphénomène de mon Moi et poursuivons sur la voie de la raison philosophique.

Le savoir serait la voie de la sagesse. Il est vrai que cette voie était celle des Encyclopédistes au XVIII^{ème} siècle. « *Le but d'une encyclopédie est de rassembler les connaissances éparses sur la surface de la terre ; d'en exposer le système général aux hommes avec qui nous vivons, et de le transmettre aux hommes qui viendront après nous ; afin que les travaux des siècles*

³² Steffen, M, 2008, p. 81

*passés n'aient pas été inutiles pour les siècles qui succéderont ; que nos neveux, devenant plus instruits, deviennent en même temps plus vertueux et plus heureux ; et que nous ne mourions pas sans avoir bien mérité du genre humain. »*³³

Puis, souligne Condorcet, « *diffuser et partager : Par un choix heureux et des connaissances elles-mêmes, et des méthodes de les enseigner, on peut instruire la masse entière d'un peuple de tout ce que chaque homme a besoin de savoir pour l'économie domestique, pour l'administration de ses affaires, pour le libre développement de son industrie et de ses facultés, pour connaître ses droits, les défendre et les exercer ; pour être instruit de ses devoirs, pour pouvoir les bien remplir, pour juger ses actions et celles des autres d'après ses propres lumières. Et n'être étranger à aucun des sentiments élevés ou délicats qui honorent la nature humaine. »*³⁴

Le savoir aurait donc été le chemin de la « Raison », du « Progrès » au 19^{ème} siècle. Cette tentative semble avoir échoué ou plutôt ne pas avoir suffi. Revenons à la philosophie, avec un auteur très peu philosophe d'ailleurs, Robespierre, qui écrit : « *La raison de l'homme ressemble encore au globe qu'il habite ; la moitié en est plongée dans les ténèbres, quand l'autre est éclairée. [...]* ». et il ajoute la question qui va nous animer maintenant : « *D'où vient ce mélange de génie et de stupidité*³⁵ ». L'avantage que je vois dans cette citation, et cela me console un peu, est qu'elle montre que ma préoccupation actuelle est très ancienne.

Et si cette cure de philosophie m'a amené beaucoup d'éclairages, ouvert des horizons et des champs de réflexion dans beaucoup de domaines différents, il me reste une question que je rencontre de plus en plus dans ma pratique, que je lis dans les journaux, dont je suis témoin dans certains accompagnements individuels mais que je retrouve dans des comportements de civilisation, questions qui tournent autour de la destructivité.

On le sait c'est Freud qui a postulé, et en cela il serait proche de Schopenhauer-, qu'une pulsion pourrait avoir pour but la mort. Il l'a équilibré il est vrai avec une pulsion de vie, une pulsion qui voudrait la vie à tout prix. Cette question de la pulsion de mort fait débat, scandale et question, mais force est de constater qu'elle se pose de plus en plus dans la pratique analytique de nos jours. La sexualité a perdu de son importance dans la pathologie et ce sont les formes de destructivité qui posent questions.

La mort- qui est un fait- et la pulsion de mort ne sont pas identiques. C'est plus la pulsion de destruction dont il est question. Destruction de vie, mais aussi de l'âme et du psychisme, destruction de l'autre, de l'étranger, volonté d'asservissement et de domination. A nouveau la volonté de supprimer la différence, la volonté d'uniformiser.

Mais qu'est ce que le savoir a à voir avec une pulsion éventuelle de destruction ? C'est avec l'hypothèse d'un psychanalyste anglais, Bion,- qui a développé une théorie de la pensée et de la non-pensée- que je voudrais poursuivre.

³³ Passet, 2010 p.171

³⁴ Ibid p. 171

³⁵ Robespierre (1794)

Bion postule qu'à la base de l'humain il y aurait trois éléments : l'amour (A), la haine (H) et la connaissance (C). L'humain serait mû par ces trois forces, l'amour, la haine et la volonté de savoir, la curiosité.

Mais il y aurait une connaissance positive (C+) et une connaissance négative (C-).

Une connaissance positive est ce qui me permet de grandir, d'apprendre même si cette connaissance me bouscule, m'oblige à revoir des schémas et elle me *dé-range*: elle me sort de mes rangements, de mes certitudes.

Une connaissance négative serait l'inverse, elle serait le refus de penser, le refus de savoir. Je m'accrocherais à mon savoir, à mes croyances et je refuserais d'être « bousculé ». La pulsion de destruction s'attaquerait à la pensée, à la machine à penser, elle la bloquerait, elle aurait pour but de: *« rendre le psychisme impensable ; faire en sorte qu'il ne puisse être pensé et que la notion même de causalité soit détruite. [] Equivalence mortifère qui aboutit même, en certains cas à préférer l'ignorance par l'évacuation à l'intérêt d'une compréhension, cause de plaisir et facteur de croissance. A la limite, mieux vaut évacuer les tensions de vie et préférer la réduction à zéro de la mort. »*³⁶.

On retrouve ce comportement chez les personnes qui veulent « s'éclater la tête » (biture express), qui souhaitent « arrêter de penser » (s'étourdir dans des activités multiples), qui réclament de ne plus rien sentir ou éprouver (par la prise de médicaments).

Il est temps maintenant de conclure. Mon introduction se voulait une réflexion philosophique sur ma pratique analytique. Il est vrai que l'on devrait toujours écrire l'introduction après la fin du travail ! Quel est donc le bilan ?

Ma pratique analytique, j'ai voulu la définir au plus proche de ma pensée spontanée et cette définition m'a obligé à revoir certaines façons de penser. Tant il est vrai que la pratique quotidienne nous amène à des automatismes, et que de rencontrer des collègues qui font comme nous ne permet pas le croisement de savoirs.

Reprendre mon parcours professionnel m'a permis de retrouver aussi des temps de formation, d'apprentissage, d'émerveillement parfois devant une idée, un concept, qui éclaire les ténèbres de mon ignorance ou des souvenirs de formateurs qui m'ont poussé à chercher mes propres compétences. Ceci m'a aussi rappelé la difficile intégration de modèles contradictoires ou en conflits qui m'ont obligé à un travail de différenciation et de synthèse. Replonger dans des souvenirs de séances avec certains patients à qui mon savoir n'avait pas été utile tout de suite, à leur souffrance, et qui ont accepté de cheminer avec moi pour tenter d'y apporter une solution, à d'autres qui n'ont pas eu cette patience ou qui étaient trop désespérés et qui ont préféré en finir, d'autres encore qui m'envoient quelques années après un petit coucou de la vie sous forme d'un faire part de mariage ou de naissance, tout cela m'a obligé à repenser à « mon drôle de travail ».

Alors « *si je suis ce que je sais* », et que je sais que je peux refuser certains savoirs, que je pourrais vouloir m'aveugler pour ne pas « voir ça »- comme Œdipe qui se crève les yeux après avoir appris ce qu'il avait fait - que j'ai la possibilité de la non-pensée, alors je

³⁶ Green, A, 2010, p. 81 Né en 1927 il est médecin, psychiatre, psychanalyste d'inspiration freudienne.

comprends mieux pourquoi certains refusent *l'étonnement philosophique*³⁷. La non-pensée, quelle tentation séduisante !

Thierry Freléchoz
Psychothérapeute FSP
Psychanalyste IIPB
Didacticien SIPSyM

Bibliographie

Bergeret Jean (1984). *La violence fondamentale*. Paris. Dunod

Condorcet. *Esquisse d'un tableau historique des progrès de l'esprit humain*. Tiré de l'ouvrage de René Passet (2010) *Les grandes représentations du monde et de l'économie à travers l'histoire*. Les liens qui libèrent.

Castoriadis-Aulagnier Piera(1985) *La violence de l'interprétation*. Paris. PUF

D'Alembert Jean Le Rond. (1894). *Discours préliminaire de l'Encyclopédie*, Paris, A. Colin et Cie. Tiré de l'ouvrage de René Passet (2010) *Les grandes représentations du monde et de l'économie à travers l'histoire*. Les liens qui libèrent.

Freléchoz T (2006) *Pour une analyse transgressive : l'apnée thérapeutique*. Action et Pensée. Lyon. Revue de l'association Internationale de Psychanalyse C. Baudouin.

Freud(1916), Introduction à la psychanalyse, PB Payot, 1970 p. 266

Gérôme Paul (2004) *L'Alogique du corps*. Londres. Psycho-physics academy-press. Collection mythanalyse.

Girard René (1961), *Mensonge romantique, vérité romanesque*. Paris. Éditions Grasset.

Green André (2010) *Pourquoi les pulsions de destruction ou de mort ?* Paris. Ed. Ithaque.

Heidegger, Martin (2010) *Séminaires de Zurich* Gallimard NRF

Hersch, Jeanne, [1981](#) : *L'étonnement philosophique* Gallimard. Ed de poche.

Hobbes Thomas (1651) *Léviathan*. Tiré de l'ouvrage de Pépin Charles (2010) *Qu'est ce qu'avoir du pouvoir*. Desclée De Brouwer .Des paroles et des hommes

³⁷ Hersch, J, [1981](#),

- Lévinas Emmanuel. (1996) *Autrement qu'être*. Paris. Livre de poche
- Nietzsche Friedrich, *La volonté de puissance* n°466 tiré de Steffen Martin (2008) *Nietzsche Pas à Pas* Paris. Ed. Ellipse
- Nietzsche Friedrich, *La volonté de puissance* n°466 tiré de Steffen Martin (2008) *Nietzsche Pas à Pas* Paris. Ed. Ellipse
- Nietzsche (1887) *Généalogie de la morale* tiré de Steffen Martin (2008) *Nietzsche Pas à Pas* Paris. Ed. Ellipse
- Nietzsche (1888) *Crépuscule des idoles* §2 p98 tiré de Steffen Martin (2008) *Nietzsche Pas à Pas* Paris. Ed. Ellipse
- Pépin Charles (2010) *Qu'est ce qu'avoir du pouvoir*. Desclee De Brouwer. Des paroles et des hommes
- Popper, K La logique de la découverte scientifique, Paris, Payot, 1973 [1959], p. 286.
- Robespierre Pierre (1794). *Rapport sur les idées religieuses et morales*. 7 mai (18 Floréal an II) <http://www.worldfuturefund.org/wffmaster/Reading/Communism/rob-rel-french.htm> consulté mars 2011.
- Roustant. F *Influence*, 1990, Les Editions de minuit, Paris, p.35
- Ruffin Jean-Christophe. (2004), *Globalia* .Paris. Gallimard.
- Shakespeare W. (1603) *Hamlet*
- Steffen Martin (2008) *Nietzsche Pas à Pas* Paris. Ed. Ellipse
- Sibony Daniel (2000) : *Don de soi ou partage de soi*. Paris. Ed. Odile Jacob.
- Winnicott D.W (1958) *De la pédiatrie à la psychanalyse* .Paris. Payot. Science de l'homme
- Winnicott D.W (1990) *La nature humaine*. Paris. Gallimard NRF

SOMMAIRE

Introduction	p 2
On me paye	p 2
Parce que j'ai un savoir	p 6
Qui me donne du pouvoir	p 10

Et donc une responsabilité de l'Autre	p 16
Parce qu'il vient me confier sa souffrance	p 18
Souffrance d'être humain.	p 25
Conclusion	p 27
Bibliographie	p 30