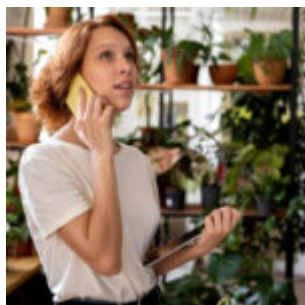




S'ouvrir à ce qui appelle... et non chercher ce qui se cache

Article de Thierry Tournebise

Thèmes : « Accompagnement thérapeutique, Conscience et vie intérieure, Fondements de la maïeusthésie, Philosophie et sens de la vie, Posture d'accompagnement, Symptômes et souffrance psychique »

Date : janvier 2019

Sommaire de l'article

Les pièges du jeu de cache-cache

- Le paradigme du « mauvais à éradiquer »
- Le goût du « thriller »
- Quête et enquête : trouver un fautif
- Le détecteur de « miasmes »
- Chercher l'erreur à corriger
- Quand la perfection menace l'infini

Juste répondre à ce qui appelle

- Plus manifestations que dissimulations
- La conscience et l'inconscient
- Plus pertinences que dysfonctionnements
- Activer son détecteur d'étoiles
- Une vaste systémie sans fautifs
- L'infinitude, le sacré et la simplicité

Les pertinences de la psyché

- Une psyché à ciel ouvert
- Différence entre projet et finalité
- Œuvre de Vie
- Une psyché multidimensionnelle
- Intégrité et protection... justesses à l'œuvre
- Une pertinence systémique
- Ni valoriser ni dévaloriser

La posture du praticien

- Ce qui mobilise son attention
- Il accompagne ce qui s'accomplit déjà
- Il suit la pertinence du courant de la Vie
- Sa connivence avec ce qui appelle la conscience
- Il travaille en équipe, et forme des équipes

Simplicité atemporelle

- Finalités non déterministes
- Le « chez-nous d'humanité »
- Le porteur de symptôme, guide et attracteur
- Oser y être
- Se laisser toucher par la Vie

Quand la psyché manifeste symptômes et souffrances, il est commun d'en rechercher la cause. L'option d'enquêteur qui cherche, de correcteur qui corrige, et d'effaceur qui supprime, peut alors concerner le présent ou la biographie du patient, son transgénérationnel ou même sa dimension

transpersonnelle. Chercher « ce qui se cache » est une option souvent activée, épaulée par une sorte de « détecteur d'erreurs, d'impuretés, de miasmes » dont souffrirait la psyché. Nous sommes alors animés d'un élan cathartique visant à apporter des corrections, visant à libérer, visant à purifier du malsain (dans les époques obscurantistes on aurait même dit « du malin »).

Naturellement il est profondément juste de ne pas rester en souffrance et de tenter d'y remédier. Pourtant, les postures d'enquêteurs, de correcteurs ou d'effaceurs sont loin d'être les plus efficaces ! Au contraire, être sensible à ce qui appelle la conscience et d'un tout autre ordre. Ce n'est plus « ce qui se cache derrière tout ça » qui nous préoccupe dans ce cas, mais « ce qui appelle la conscience grâce à ça ». Ce qui appelle ainsi n'a rien à voir avec du « malsain », mais avec une « zone inestimable oubliée », qui attend d'être rencontrée et de bénéficier de reconnaissance... et qui fait tout pour qu'on ne la manque pas !

La reconnaissance accordée à cet Être de Soi qui appelle la conscience s'accomplit par la réjouissance que l'on éprouve en le retrouvant, et par la validation de ce qu'il a éprouvé (nature et dimension de son ressenti) lors des différentes situations traversées, aussi dramatiques et éprouvantes soient-elles. Nous voici alors avec un paradigme totalement opposé. L'idée n'est surtout pas ici de développer une croyance, ou un regard plus plaisant, mais de mettre en œuvre de façon pragmatique ce qui est le plus efficient quant à la paix intérieure, à l'état psychologique, et même l'état psychosomatique, recherchés.

Les pièges du jeu de cache-cache

Le paradigme du « mauvais à éradiquer »

Freud lui-même, à qui nous devons d'avoir révolutionné la santé mentale en initialisant la notion d'inconscient, disait qu'il n'y a pas de différence entre un psychanalyste, un psychiatre et un exorciste, car tous combattent le mal. Donc, en dépit de cette révolution, les anciens paradigmes ont la peau dure !

L'idée de « catharsis » (purification) est très présente en psychothérapie. La croyance tenace d'un « mauvais à éliminer », d'une « émotion enkystée à évacuer » reste comme un ancrage dogmatique majeur dans bien des approches. Qu'il s'agisse d'éliminer de l'inconscient un souvenir malheureux, un comportement inadapté, un élément transgénérationnel néfaste, une obsession encombrante ou un symptôme inconfortable... les maîtres mots restent « corriger », « éliminer », « effacer ».

Forts d'une telle croyance la quête est lancée vers ce qui résiste à l'élimination. Elle consiste à trouver le moyen de l'identifier et de s'en débarrasser. Or s'il est parfaitement juste d'envisager de ne plus être importuné

par des telles choses, le moyen de l'élimination n'est pas le plus performant, ni le fait de croire qu'il s'agit de « pourriture à évacuer » ou « d'erreurs à corriger ». L'EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), visant un retraitement neurologique de la mémoire des événements et des émotions, tend à déjà prendre de la distance avec cela. Selon cette approche, ce n'est pas « du mauvais à éliminer », mais un stockage mnémonique qui ne s'est pas fait au bon endroit. Mais nous verrons qu'on peut aller à un autre niveau de la psyché que la problématique de stockage mnémonique.

Le goût du « thriller »

Freud, qui aimait les thrillers, fût sans doute influencé par sa passion. Il considérait les symptômes comme des moyens de dissimulations. Par exemple, le petit Hans (un de ses célèbres patients), dont il rapporte l'histoire dans son ouvrage « Inhibition symptômes et angoisses » avait peur des chevaux. Quel est le sens de sa phobie ?

Freud dans son investigation découvre que le petit Hans a un vécu en rapport avec les chevaux :

“

« Hans a vu tomber un cheval, il a vu tomber et se blesser un camarade de jeu, avec qui il avait joué au cheval » (Freud - Inhibition symptômes et angoisses - Puf Quadrige 2002, p.18)

Pourtant, il propose de ne pas être simpliste et de considérer la phobie des chevaux comme un symptôme écran, de comprendre plutôt que le petit Hans utilise inconsciemment ce fantasme chevalin pour mieux dissimuler sa vraie crainte du père, du fait d'un Œdipe non abouti.

La source du mal est ainsi selon Freud cachée derrière des raisons faussement évidentes qui ne doivent pas nous leurrer. Il opte alors pour une interprétation venant satisfaire sa théorie des étapes du développement, sans jamais entendre (dans le cas du petit Hans) ce que l'Être crie à la conscience du patient... et à celle du praticien. Au-delà des justesses qu'il nous a apporté (notamment sa deuxième topique « ça, moi, surmoi »), Freud s'est ici retrouvé devant un écueil majeur.

Ce fut également particulièrement fort face à son patient Sergius Penkejeff,* qu'il surnomma « l'homme aux loups ». De famille richissime, le patient est dépressif et alcoolique depuis le suicide de sa sœur**. Le grand-père paternel était alcoolique, la grand-mère paternelle s'était suicidée suite à la perte de leur enfant... etc. Suite à une crise d'hypocondrie, Sergius Penkejeff se préoccupait particulièrement de l'apparence de son nez*** qu'il regardait compulsivement avec un miroir de poche. Il en observait sans cesse les pores, les cicatrices et les points noirs.

*La biographie de Segius Penkejeff se trouve dans « Les patients de Freud » Mikkel Borch-Jacobsen, 2011,

pp.133-147.

***Soeur qui avait donné comme raison de son suicide de ne pas avoir assez de beauté du fait des boutons qu'elle avait sur la figure (Traité de psychopathologie de l'adulte, Névroses - Chabert - 2008 - p.312)*

****Nez également retroussé dont on s'était moqué de lui dans l'enfance. (ibid - p.311)*

Donc la sœur de Sergius Penkejeff se suicida (du fait de son apparence) et aussi, elle était la préférée de son père. Sans pour autant tenir compte de cela, Freud s'acharne sur ses paradigmes sexuels et tente une interprétation des pores dilatés du nez et des comédons de son patient, les comparant à des vagins (pores et cicatrices) et des éjaculations (comédons) [ibid., p.319]. Il suivit ce patient toute sa vie... comme l'on peut s'en douter sans aboutissement.

Sans vouloir minimiser les apports que nous devons à Sigmund Freud, et tout en restant en gratitude à son égard pour ces apports, nous nous devons de poursuivre la recherche en psychothérapie, en psychopathologie et en sémiologie, avec de nouveaux éléments s'ils s'avèrent efficaces, au risque de proposer une nouvelle révolution.

Quête et enquête : trouver un fautif

Au-delà des stades du développement, avec comme prérequis le fait qu'il y a du « mauvais caché » à corriger ou éliminer, le fautif peut être, soit le patient lui-même qui se défait de la réalité et de ses subjectivités, soit un proche qui a trop fait ceci (induisant un trauma positif) ou pas assez cela (induisant un trauma négatif).

L'idée de chercher une vérité cachée mettant en cause le patient, ou un tiers, rend la recherche difficile, surtout quand ce tiers des ascendants du patient. Ce travail d'enquête vers un fautif rend le cheminement hasardeux et les résistances nombreuses. Le patient ne veut pas se sentir accusé, ni voir accusé un de ses proches, et encore moins un de ceux dont il est issu.

Comme l'avaient si bien remarqué Karl Gustav Jung et Carl Rogers, les résistances des patients ne viennent pas de ceux-ci, mais des piètres compétences des praticiens.

“

« Dans la littérature il est tellement souvent question de résistances du malade que cela pourrait donner à penser qu'on tente de lui imposer des directives, alors que c'est en lui que de façon naturelle, doivent croître les forces de guérison » (Jung, 1973, p.157)

“

« ...la résistance à la thérapie et au thérapeute n'est ni une phase inévitable, ni une phase désirable de la psychothérapie, mais elle naît avant tout des piètres techniques de l'aidant dans le maniement des problèmes et des sentiments du client. » (Rogers 1996, p.155)

Avec le nouveau paradigme qui consiste à « entendre ce qui appelle la conscience », nous échappons à cet écueil !

Le détecteur de « miasmes »

Si le praticien a surtout activé son détecteur de « mauvais à éradiquer », voire de quelques miasmes ou de pourritures encombrantes, de dysfonctionnements inavouables, il pousse implicitement son patient vers ce qu'il y a de plus glauque en lui. Le moins que l'on puisse dire est que cela n'est pas très engageant. Si, en plus, muni de ce paradigme, il lui est intimé de dire tout ce qui lui vient à l'esprit lors d'un processus de libres associations... une crainte d'accéder à quelques horreurs cachées peut l'envahir à juste titre, même si la finalité visée est une libération.

Le praticien qui a malencontreusement activé un tel « détecteur expert en pourritures », même avec de nobles intentions « nettoyantes » (tel un Mr Propre de la thérapie !), porte le patient à faire de même, et ce dernier ne peut que redouter par avance tout ce qu'il va trouver d'enfoui dans les zones obscures de sa psyché.

Tout le problème est là : « la croyance qu'il y a des zones obscures et malsaines dans la psyché ». Or, s'il se trouve des zones « obscures », c'est plus simplement que l'on a oublié de leur accorder un peu de lumière, et non qu'elles soient horribles par elles-mêmes. Il n'est pas question de nier qu'il arrive des circonstances dramatiques dans certaines existences (même au-delà de tout ce que l'on peut imaginer). Nous devons cependant avoir clairement à l'esprit que pour aboutir à une efficacité thérapeutique, le praticien n'est pas censé faire émerger les événements dramatiques qui se sont produits, mais celui qui s'y trouvait, celui qui les a vécus. Or celui qui s'y trouvait reste inestimable, quoi qu'il se soit passé. Le psychanalyste Sándor Ferenczi (psychanalyste contemporain de Freud, cité par Nathalie Zajde) a bien pointé ces phénomènes :

“

« Une partie de l'être reste en éveil tandis que l'autre, la partie sensible, disparaît littéralement sous le choc [...] il est devenu deux, [...] » (Nathalie Zajde (2012, p.180,181).

“

« A quoi bon réveiller les vécus douloureux si c'est pour leur conférer une nouvelle recrudescence » (ibid, p.182,183).

Ferenczi a bien remarqué dans sa pratique clinique qu'il n'est pas sain de privilégier la circonstance. Celui qui s'y trouvait a éprouvé des pénibilités que le plus souvent il n'a jamais eu l'occasion d'exprimer. Et quand il a pu l'exprimer il a rarement été entendu, tout le monde cherchant plus à le rassurer ou à l'apaiser qu'à l'entendre vraiment. Lors de la circonstance il est devenu deux et c'est cela le phénomène important qu'il convient d'aborder en vue de remédiation.

Chercher l'erreur à corriger

Les thérapies comportementales et cognitives (TCC) sont de belles approches (découverte guidée et désensibilisation systématiques notamment). Leur seul écueil est de viser surtout la correction des fondements cognitifs considérés comme erronés, ou des comportements inadaptés au présent, sans aller en explorer la pertinence sous-jacente antérieure. Les zones « communication » (découverte guidée) et « apprentissages » (désensibilisation) de ces thérapies sont pourtant de très belles techniques.

La psychologie positive aussi est remarquable, car elle met l'accent sur l'apprentissage et sur le fait de se tourner résolument vers le beau. De plus, elle expérimente rigoureusement ses résultats. Elle peut permettre un déploiement là où le sujet n'y pensait même pas. Mais là aussi elle va tenter une amélioration, sans volonté d'accéder au sens de ce qui se passait avant la thérapie. Sa faille se trouve uniquement là (voir sur ce site la publication « Psychologie positive » d'avril 2012).

Toutes les approches (TCC, Psychologie positive, Gestalt Thérapie, focusing, IFS etc.) sont le plus souvent très ingénieuses et les processus envisagés vraiment astucieux, ne posant pas de problèmes en eux-mêmes. Il serait juste utile de leur adjoindre les paradigmes de la psychologie de la pertinence (voir sur ce site la publication « psychologie de la pertinence » de mai 2015). La culture obscurantiste de la « chasse au mal » devrait avoir fait long feu et il serait temps de partir à la recherche de l'inestimable. Ainsi les détecteurs qui seront activés ne seront plus de même nature.

Quand la perfection menace l'infini

De corrections en corrections, d'éliminations cathartiques en éliminations cathartiques... la quête serait-elle la perfection ? Celle-ci est maladroitement considérée comme source potentielle d'émerveillement ! Chercher cette perfection revient cependant à mal comprendre les interactions systémiques avec leurs pertinences, les Êtres en remédiations et en constant déploiement. C'est cela qui devrait plutôt nous émerveiller.

Il serait plus heureux de nous défaire tout de suite du mot « perfection » qui semble si tentant, qui a fait couler tellement d'encre et qui a fixé tant d'ancres, jusqu'à l'immobilité. En effet « parfait » signifie « fini », « achevé » ! Quelqu'un qui serait parfait serait quelqu'un de fini ! Or « être fini » signifie « être mort » (« achevé » une sorte de coup de grâce... mais pas un coup de la Grâce).

La quête de perfection est donc maladroite. Elle nous place en difficulté. Être « pas fini » n'est pas enviable non plus. L'hésitation entre « fini » et « pas fini » nous fait osciller entre deux états indésirables, dont nous sentons bien intuitivement qu'ils ne peuvent qualifier un Être accompli. Plutôt que de chercher la perfection, cherchons plutôt notre nature d'infinitude. Nous ne sommes ni finis, ni pas finis, nous sommes infinis.

Voici la « dimension ontique » si chère à Abraham Maslow ; « l'Être » de Martin Heidegger ; le « Sujet » qui est toujours là, même dans la pathologie, de Karl Jaspers ; le Soi si cher à Carl Gustav Jung.

Dans un déploiement continu, chacun contribue aussi à une émergence de la conscience au sein du monde, comme le stipule si bien Pierre Teilhard de Chardin.

“

« L'Homme ne progresse qu'en élaborant lentement, d'âge en âge, l'essence de la totalité d'un Univers déposé en lui. » (Teilhard de Chardin 1955, p.199)

“

« L'Etoffe de l'Univers, en devenant pensante, n'a pas encore achevé son cycle évolutif » (ibid.,p.279)

Alors que le corps et l'ego suivent une courbe ascendante puis descendante (se développent, atteignent un sommet, puis décroissent), le Soi (l'Être) suit une courbe toujours ascendante, ne se développe pas mais se déploie, est hors des principes thermodynamiques. Il se déploie de façon continue et contribue implicitement à plus vaste que lui. De ce fait, il se trouve que les corrections et éliminations, non seulement tentent une perfection illusoire et non souhaitable (finie !), mais en plus risquent de perturber le déploiement et la contribution systémique. Ici, « l'exercice de pouvoir » n'est pas le bienvenu. Quand bien même les intentions y sont généreuses elles sont implicitement égotiques, énergétiquement épuisantes, inefficaces, voire néfastes.

Doit-on tout de même mettre en œuvre quelque chose ? Ou simplement ne rien faire du tout ? Ou sinon quel serait le processus convenable ? La notion de pertinences à l'œuvre vient judicieusement accompagner nos actions de praticiens qui peuvent œuvrer en accompagnement de cette pertinence naturelle

continuellement en action.

Juste répondre à ce qui appelle

Plus manifestations que dissimulations

Dans la psyché rien ne se cache, tout se révèle, tout attend d'être en lumière, accueilli, validé, reconnu. La conscience accomplit une émergence de ce qui est en attente de rencontre.

Il n'y a pas de jeux de « cache-cache » au cœur de la psyché, mais plutôt un jeu de « je suis là ! ». Ce « je suis là » s'exprime sous forme de symptômes. Celui qui cherche ce qui se cache, en fait interprète mal ces appels, ou même ne les entend pas. Il se met en quête de dénicher des dissimulations alors qu'il devrait s'ouvrir à des révélations. Pire encore il tente de trouver ce qui doit être corrigé ou éliminé, alors qu'il convient d'accueillir ce qui attend d'être reconnu et validé.

Le mythe du sournois, du caché, de l'obscur ou du mauvais a fait long feu. Il s'agit d'un renversement de paradigme invitant à un nouveau type d'attention. Celui qui cherche travaille avec sa tête et ne perçoit pas les indices, alors que celui qui s'ouvre travaille avec son cœur et les perçoit comme une évidence.

C'est nous qui ne voyons pas. Ce ne sont pas les signes qui font défaut. On pourrait reprendre les propos du renard d'Antoine de Saint Exupéry,

“

« On ne voit bien qu'avec le cœur, l'essentiel est invisible pour les yeux » (St Exupéry, 1946, p.72 – XXI).

Les yeux, sensoriels, nourrissent l'intellect, alors que le cœur, expérientiel, touche l'existentiel.

La psyché n'est pas un phénomène intellectuel de raisonnement, mais un phénomène expérientiel de présences et de résonances. L'intellect n'entend pas les appels « je suis là » et analyse les possibles désordres. Le cœur, lui, les voit comme s'ils étaient la seule chose importante, rendant compte de la justesse à l'œuvre dans la psyché. Il est l'outil majeur du praticien, que le mythe de la « bonne distance professionnelle » a soustrait de sa démarche. Il s'agit pourtant juste d'être distinct, mais sans être distant (être au contact)... puis d'aller dans ce « chez-nous d'humanité » dont Carl Rogers avait effleuré l'existence vers la fin de sa vie :

“

« J'ai l'impression, que mon esprit est entré en contact avec celui de l'autre, que notre relation se dépasse elle-même et s'intègre dans quelque chose qui la transcende et qu'adviennent alors, dans toute leur profondeur, l'épanouissement, le salut et l'énergie » (Rogers, 2001, p.168-169)

Fritz Perls, auteur de la Gestalt Thérapie, précise une chose qui nous porte vers le simple et le naturel :

“

« l'homme ne peut se transcender qu'en étant fidèle à sa nature véritable » (2009, p.62)

Brian Thorm, proche de Carle Rogers, ajoute même :

“

« Est-il vrai que lorsqu'on entre dans une relation profonde on n'est plus conscient du temps et que l'on se retrouve dans une espèce d'éternité, quelque chose hors du temps ? Et qui nous permettrait d'embrasser, d'une certaine façon, la totalité des choses. » (Botteman, Carriérologie, p12, volume 09 3-4/10)

Autant de propos qui invitent au sensible et au naturel, à une perception du cœur plus que de l'intellect, à une expérience surtout humaine.

La conscience et l'inconscient

Il est étonnant de nommer « inconscient » ce qui se passe à notre insu, et de nommer « conscience » ce qui nous guide à la lumière de notre pensée... car en effet, l'expression de notre conscience est le plus souvent inconsciente.

L'œuvre de notre conscience serait donc inconsciente ? Notre langage semble débordé par ce paradoxe ! René Descartes, parlait de la lumière naturelle de l'esprit pour évoquer ce à quoi peut accéder notre pensée (« Recherche de la vérité par la lumière naturelle de l'esprit » - Gallimard 1999). Mais il semblerait que l'activité de notre psyché ne soit pas en équivalence avec celle de notre pensée.

Peut-être avons-nous dans ce paradoxe une explication du fait que les allemands traduisent le « ça » ou le « Soi » indifféremment par « das Selbst » (Soi) ou « das Es » (ça), alors que le sens de chacun de ces mots est spécifique. Le ça et le Soi sont deux sources de phénomènes inconscients, au-delà de nos pensées et de nos choix volontaires. Le ça concerne l'énergie (faire) mise en œuvre pour un profit (que le moi va rendre plus astucieux), le Soi concerne la Vie (être) qui tend vers un déploiement, un accomplissement, des

remédiations (voir la publication de mai 2006 « Vie et énergie »).

Le problème vient certainement du fait que nous attribuons à la Conscience une signification d'identité, comme si elle définissait le fameux « Même » de Platon (le Soi chez Jung, ou l'Être chez Heidegger), par rapport à cet « autre » de Platon, qui change tout le temps (la personnalité en psychologie, l'ego chez Freud, l'Étant chez Heidegger).

Nous parlons facilement « d'ouverture de conscience » ou de « champ de conscience », un peu comme si nous évoquions un « champ visuel ». Cela laisse à penser que la conscience n'est pas « ce qui perçoit », mais « ce à travers quoi perçoit, ce qui perçoit ». Finalement, ce qui perçoit peut être désigné par le Soi (de Jung) ou « l'Être » (de Heidegger) : rappelons-nous que pour Heidegger il y a le « Dasein » (l'être au monde), « l'Étant » (sa manière d'être au monde) et « l'Être » (ce qui est présent, passé et à venir, l'entièreté de qui nous sommes) :

“

« Il appartient au Dasein de devoir devenir lui-même ce qu'il n'est pas encore, c'est-à-dire de l'être » [Heidegger, 1986, p.297] « Rester en attente signifie par conséquent : n'être pas encore réuni à l'ensemble dont on fait partie » [ibid p.296]. « Le Dasein est toujours déjà « au-delà de soi », non pas qu'il se comporte ainsi envers un étant qu'il n'est pas, mais il l'est comme être tendu vers un pouvoir être qu'il est lui-même » [ibid p.241]

Finalement, la conscience serait l'outil qui permet à la pensée d'accéder à l'Être, et non ce qui percevrait et serait plein de sagesse. Nous avons alors, grâce à la conscience une mise en connexion du cognitif et de l'existentiel. Cette connexion étant plus ou moins opérationnelle, en fonction de l'ouverture de ce champ de conscience plus ou moins accomplie.

Nous avons alors les mots Soi (Jung), ou Être (Heidegger), pour nommer plus précisément ce que nous désignons habituellement par le mot « conscience ». Ils s'accomplissent avec pertinence, souvent à l'insu de notre pensée, à l'insu de notre capacité cognitive. N'oublions pas pour autant que notre capacité cognitive peut être « éduquée » pour rendre compte de ces phénomènes, et que l'intellect si souvent décrié par ceux qui sont en quête de sensibilité, est un outil permettant de produire de délicates esquisses de l'indicible zone ontique si chère à Abraham Maslow qui l'évoque avec tant de justesses.

Plus pertinences que dysfonctionnements

Nous n'aurions ainsi dans notre psyché surtout que des pertinences à l'œuvre. Ces pertinences produisent bien plus que de l'homéostasie (maintien des constantes). Elles contribuent d'une part au développement

du moi et des moyens cognitifs, et d'autre part aux clivages et remédiations du Soi... et surtout à son déploiement (ce « devenir qui l'on a à être » si bien évoqué par Abraham Maslow comme source essentielle de notre santé mentale). Ces pertinences contribuent ainsi à notre dimension existentielle, et sont à l'œuvre de façon systémique au sein de la psyché, mais aussi au sein d'un environnement passé, présent et futur. Comme le signifiait judicieusement Heidegger en proposant que le Dasein n'est pas « un Être dans le monde », mais « un Être au monde » (il en fait partie) et « l'Être », c'est ce qui est passé, présent et futur.

Certes, le système cognitif, et les différentes personnalités adoptées, peuvent engendrer des « dommages collatéraux », car porter un symptôme en vue d'un déploiement ou d'une réhabilitation ultérieure n'est pas une mince affaire et peut dans l'instant produire bien des désagréments. Ces désagréments seront d'autant plus forts et persistants que notre élan d'éviter la douleur et de rechercher le plaisir, quoi que précieux outils de survie, nous les font rejeter plutôt que de les « entendre ». Les désagréments collatéraux ne font qu'insister sur ce à quoi nous sommes aveugles (encore une pertinence), car le symptôme (la manifestation) doit alors se frayer un chemin jusqu'à l'Être, jusqu'au Soi, à travers une ouverture de conscience plus ou moins accomplie, plus ou moins « large », plus ou moins « bornée », « limitée », et des systèmes cognitifs plus ou moins en état de défense.

Pour notre système cognitif, la révolution est de faire équipe avec ces pertinences à l'œuvre, d'en comprendre les justesses, puis de se reparamétrer pour mieux les reconnaître. Le « détecteur de pourritures » (nécessaire au niveau des douleurs et plaisirs) doit se remodeler en « détecteur d'étoiles », indispensable pour les remédiations et le déploiement.

Activer son détecteur d'étoiles

Alors que la coutume est de rechercher ce qui ne va pas pour l'améliorer, de chercher les erreurs pour les corriger, d'identifier les encombrants pour les éliminer... ici la règle est totalement inverse : s'ouvrir aux justesses à l'œuvre pour les accompagner vers leur pertinent accomplissement en cours.

Un véritable changement de paradigme, un reparamétrage de la sensibilité, de nos systèmes de perception, de décodage, de nos analyses cognitives. Nous avons un détecteur d'erreurs, de pourritures ou de miasmes ? Nous devons ici les convertir en détecteur d'étoiles !

Développer notre sensibilité aux justesses à l'œuvre est ainsi une grande nouveauté. La nature produit une systémie extérieure, mais aussi intérieure dont Charles Darwin lui-même avait dit qu'arrivé à l'homme l'optimisation de la survie vient plus de la coopération que de la concurrence, ainsi que nous le rappelle Patrick Tort, spécialiste de l'œuvre de cet homme :

“

« Par le biais des instincts sociaux, la sélection naturelle, sans « saut » ni rupture, a ainsi sélectionné son contraire, soit : un ensemble normé, et en extension, de comportements sociaux anti éliminatoires [...] la sélection naturelle s'est trouvée, dans le cours de sa propre évolution, soumise elle-même à sa propre loi - sa forme nouvellement sélectionnée, qui favorise la protection des faibles, l'emportant parce que avantageuse, sur la forme ancienne » (Tort, 2009, p.72-73)

Les comportements éliminatoires seraient donc des comportements fossiles, qui ont contribué à notre cheminement jusque-là (donc respectables, mais dépassés). L'évolution nous propose désormais une nouveauté, dont la modernité consisterait à aller plutôt vers une coopération intime que vers des combats ou des rejets : enfin s'ouvrir à ce qui appelle la conscience du patient, afin que celui-ci soit « plus au monde » avec « plus d'entièreté », mais aussi plus d'ouverture et de sensibilité.

Une vaste systémie sans fautifs

Dans la psyché, tout se passe comme si tous les éléments étaient reliés ou connectés les uns aux autres. Chacun de ceux que l'on a été constitue la psyché et influence plus ou moins tous les autres. S'ils sont clivés ils l'influencent en termes de remédiations à accomplir pour retrouver sa complétude (comme le disait Sénèque* : la vie n'est pas longue du fait de sa durée mais du fait qu'on n'en a rien retranché), s'ils sont intégrés, ils l'influencent en termes de ressources disponibles.

“

*« C'est le propre d'un grand homme, crois-moi, et qui s'élève au-dessus des erreurs humaines, que de ne rien soustraire de son temps. » (Sénèque, 2005, VII-4, p.113)

Il en est de même avec chacun de ceux dont on est issu (transgénérationnel), mais aussi avec tout ce qui constitue l'Humanité, dans une dimension transpersonnelle.

Tout se passe un peu comme si l'Humanité nous constituait de façon hologrammique (la totalité est dans chaque élément). Chacun de nous contenant l'entièreté de l'humanité, un peu comme chaque cellule de notre corps contient l'entièreté de notre génome.

Nous sommes alors un peu dans une sorte d'hyper systémie que souligne John Stuart Mill, le philosophe anglais dans son ouvrage « Utilitarisme », en nous disant :

“

« Est utile tout ce qui donne le bonheur sans nuire à tout ce qui vit. [...] Une existence telle qu'on vient de la

décrire pourrait être assurée dans la plus large mesure possible, à tous les hommes ; et point seulement à eux, mais autant que la nature des choses le comporte, à tous les êtres sentant de la création » (1988, p.57-58).

Le fait qu'il y ait une systémie très vaste et que chacun soit concerné par chacun n'est pas une idée nouvelle et, si l'on s'y penche un peu, cela explique pourquoi un changement juste local est si difficile à mettre en œuvre. Nous le savons déjà sur le plan écologique, nous le savons sur le plan politique, nous le savons déjà aussi sur le plan économique... il se trouve en plus que c'est aussi une réalité sur le plan psychique.

La nouveauté réside ici dans le fait qu'il s'agit d'une systémie sans fautifs. Il ne s'agit pas de chercher « à cause de qui » l'on a des symptômes psychiques plus ou moins inconfortables, mais plutôt d'envisager que ces symptômes pointent vers ceux qui sont en attente de réhabilitation, d'intégration ou de déploiement (un de ceux que l'on a été [biographique], un de ceux dont on est issu [transgénérationnel], un de ceux constituant l'Humanité [transpersonnel]).

Ainsi le symptôme ne pointe pas vers un fautif à éliminer ou à corriger, mais vers un Être dont la nature ontique n'a pas été reconnue, dont le vécu éprouvé n'a pas été validé en termes de nature (ce qu'il ressent) et de dimension (à quel point).

Certes il y a des auteurs d'actes dont les actes sont plus que détestables, mais une spécialiste de la justice, la juge d'instruction Anne Gruwez, nous précise elle-même un fait essentiel :

“

« Le fait est peut-être monstrueux mais ce n'est pas pour ça que la personne qui l'a commis est un monstre. Si vous dites que c'est un monstre, vous admettez son caractère inhumain, vous le rejetez, alors que c'est un de vos semblables. Il n'a fait qu'exacerber une des pulsions qui se trouve dans tout être humain... J'aime les gens. [...] Le fait est peut-être monstrueux, mais ce n'est pas pour ça que la personne qui l'a commis est un monstre. » (Moustique)

Si le rôle de la justice est de faire que l'auteur d'un acte indélicat en réponde, elle n'a pas pour rôle de le déshumaniser, mais d'une part de protéger les autres êtres de ses actes et d'autre part, dans la mesure du possible, de le réinsérer dans cette humanité (lire « Face à la délinquance, un regard novateur sur la prévention de la récidive » - Danielle Delamotte, Thierry Tournebise).

Tout se passe comme si la Vie tendait elle-même vers son propre accomplissement et se manifestait à cet effet à travers de multiples émergences dont les symptômes font partie. Il ne s'agit là aussi pas tant de les éradiquer, ou de jouer les illusionnistes pour les faire disparaître, que comprendre vers qui ils pointent afin

d'accomplir les reconnaissances et les validations attendues en vue de remédiations ou de déploiements.

Je parle de « reconnaissance ». Ici nous serons attentifs à la différence entre :

1. La « reconnaissance » qui consiste à accorder à l'autre une dimension ontique indépendante des actes qu'il produit.
2. L'estime qui consiste à accorder une valeur (du fait de ses actes).

Contrairement aux apparences, « l'estime » ne concerne que la « valeur » (estimation) et la valeur ne concerne que les choses, les objets. Ainsi « estimer quelqu'un » revient à une sorte d'insulte existentielle : évaluer l'Être comme une chose, c'est le déchoir de son statut existentiel pour le faire choir dans un statut objectal. Si on peut estimer ce qu'un Être produit (car ce qu'il produit est quelque chose), nous ne sommes pas autorisés à l'estimer lui, car lui n'est pas quelque chose mais quelqu'un (ce qu'à admirablement compris la juge d'instruction Anne Gruwez).

Il est souhaitable que le praticien en psychothérapie soit au clair avec cette notion et les deux autres qui vont avec :

1. Reconnaissance des Êtres (inestimables).
2. Validation de ce qu'ils ont éprouvé (en nature [quoi] et en dimension [à quel point]).
3. Estimation de faits, des actes (repères sociaux).

L'infinitude, le sacré et la simplicité

L'Être humain rêve quelquefois de perfection, oubliant, ainsi que nous l'avons vu, que « parfait » signifie « fini » ou « achevé ». La terminologie qui ontiquement nous va bien c'est « être infini ». Un Être est par essence « infini » et son déploiement s'accomplit tout au long de sa vie.

Pour un Humain, son corps physique ou son ego se développent (il s'y ajoute des éléments), puis son corps ou son ego régressent, jusqu'à disparaître dans la mort. Mais concernant l'Être qu'il est, il continue de se déployer tout au long de sa vie (il ne s'ajoute rien, mais cela se déploie en lui, car tout y est déjà en potentialité (comme pour les monades de Leibnitz).

De ce fait, cette dimension ontique constitue ce que l'on pourrait appeler sa dimension sacrée. Il ne s'agit pas d'un sacré du fait d'une quelconque religion (aussi noble soit-elle), mais du sacré de la Vie qui s'exprime à travers lui, chacun étant l'expression d'une vastitude qui le dépasse. On pourrait même parler de « sacré laïque ».

Dans ma publication « Incontournable délicatesse et outrancières précautions » (septembre 2018) je proposais que l'incontournable délicatesse qui revient naturellement à ce sacré ne soit pas souillée par des

précautions qui sous-entendent une fragilité. Les précautions sont en quelque sorte sacrilèges car elles étiquettent implicitement en insuffisance ce qui, par essence, constitue notre infinitude.

Ce qui constitue la psyché attend notre reconnaissance, attend d'être rencontré en toute simplicité, sans fioritures, dans un langage précis, mais aussi ordinairement populaire, un peu comme si l'on conversait au coin de la rue ou dans un café. Comme le proposait Rollo May, les protocoles aident les praticiens, mais les éloignent des patients, et de ce fait nuisent à la thérapie :

“

« Les principes techniques protègent les psychologues et les psychiatres de leurs propres angoisses. Mais par la même occasion, les techniques empêchent les psychologues et les psychiatres de comprendre le malade, elles l'isolent de sa présence pendant l'entretien, qui est essentielle pour comprendre la situation » (May, 1971, p.26)

Le sacré est honoré par la simplicité de la rencontre, par une délicatesse sans précautions, par une confiance indéfectible, par le bonheur que l'on éprouve à cette rencontre.

Il n'y a rien à chercher, mais juste à s'ouvrir à ce qui, en chacun, attend cette reconnaissance.

Les pertinences de la psyché

Une psyché à ciel ouvert

Dans la psyché, les Êtres de Soi ne sont pas cachés, qu'ils soient intégrés ou clivés. Ils se trouvent là, à ciel ouvert. Mieux encore, quand ils sont clivés (par sécurité grâce à la pulsion de survie) ils adressent à la conscience de multiples signaux afin d'être aisément identifiés, en vue d'une restauration d'intégrité du Soi (grâce à la pulsion de Vie). Le praticien qui cherche ce qui se cache sera hélas aveugle à ce qui se montre, du fait d'une curieuse cécité d'inattention, le rendant aveugle aux évidences qui se manifestent.

C'est ce qu'illustre la couverture du dernier ouvrage que j'ai écrit avec Françoise Leclère (praticienne certifiée en maïeusthésie) « Au cœur de la psychothérapie - nouveaux paradigmes et entretiens détaillés » (octobre 2018). Merci à Malika Whitaker qui en a réalisé le graphisme sur la couverture, reflétant parfaitement ce phénomène psychique.

Tout se passe comme si les Êtres de Soi constituant la psyché (autant ceux qui en sont clivés, que ceux qui y sont intégrés) formaient une assemblée bien présente d'individus tous contemporains les uns des autres (les

événements de la vie sont passés, mais ceux qui les ont vécus sont tous là, présents en contemporanéité). Ni temps ni espace (uchrotopie), tous s'y trouvent là, appelant la conscience afin de trouver leur juste place dans la psyché.

Nous différencierons avec soin d'une part la « mémoire » qui enregistre l'événementiel et l'émotionnel, dont s'occupe par exemple très bien l'EMDR en vue d'intégrations neurologiques, et d'autre part la « psyché » avec ces Êtres de Soi.

La psyché n'est pas la mémoire d'événements passés, mais la présence de chacun de tous ceux qui ont vécu ces événements du passé. Ils appellent régulièrement la conscience à travers diverses manifestations souvent appelées « symptômes ». Ici, ces symptômes ne manifestent pas à cause d'un dysfonctionnement, mais en suivant une finalité : la revendication d'une existence qui n'est pas encore reconnue ou accomplie, d'un éprouvé qui n'a pas été validé.

Différence entre projet et finalité

« Projeter » (pro-jeter) c'est « jeter en avant »... puis courir après. De ce fait, la notion de projet est un bon moyen de faire de l'exercice, ou de s'occuper, mais pas forcément d'aller là où il faut. Nous différencierons la notion de projet, de la notion de finalité. La finalité, c'est rejoindre ce qui attend de s'accomplir, (sans pour autant parler de prédétermination) alors que le projet c'est décider d'une destination, sans avoir forcément les moyens du bon choix.

Dans le projet, nous choisissons la destination et nous nous croyons libres. Dans la finalité nous rejoignons une justesse en accomplissement et sommes des partenaires sensibles de la Vie en accomplissement. L'extraordinaire « Psychologie positive » (voir publication d'avril 2012) trouve ici un de ses écueils. La volonté d'un aboutissement sans l'écoute des justesses à l'œuvre peut mener à des errances dommageables. La psychologie positive prend le parti de la beauté, de la volonté, de la considération, de la gratitude, et elle expérimente avec beaucoup de rigueur... tout cela est inestimable et très productif. Cependant, négliger les justesses en accomplissement à travers les manifestations inconfortables, et seulement tenter d'en venir à bout, vient diminuer son efficience. Elle privilégie hélas les projets par rapport aux finalités, elle privilégie la force et l'encouragement par rapport à l'écoute et à la sensibilité. La psychologie positive a cependant tant de qualités... elle a juste à s'ajouter la sensibilité aux justesses en accomplissement, à être plus « partenaire de la Vie ».

Œuvre de Vie

Il n'y a finalement qu'à suivre la Vie à l'œuvre. Bien sûr ce « il n'y a qu'à » n'a rien de simpliste. Il demande de la sensibilité, de la confiance, de la conscience. Être sensible aux signaux qu'envoient les Êtres de Soi grâce à la pulsion de Vie, avoir confiance dans la Vie qui est un inestimable partenaire, avoir une

ouverture de conscience suffisante pour identifier les justesses à l'œuvre. On pourrait parler ici d'une sensibilité « ontique », une sensibilité aux accomplissements en cours, aux finalités qui attendent d'être rejointes.

Quand le paléontologue Pierre Teilhard de Chardin parle de l'évolution de espèces, il y voit le déploiement de la conscience qui émerge au monde.

“

« La conscience monte à travers les vivants » (Teilhard de Chardin, 1955, p.195). « L'Etoffe de l'Univers, en devenant pensante, n'a pas encore achevé son cycle évolutif » (p.279).

Cette confiance dans la justesse de la Vie, permet au praticien non pas d'avoir des buts ou des projets, mais d'accompagner le patient vers les finalités qui, en lui, attendent d'être rejointes. Ces finalités, toujours bienveillantes, œuvrent en vue de remédiations (complétudes) ou de déploiement (devenir qui l'on a à être).

Le praticien est alors au côté de son patient et respecte chacun de ses élans ou chacune de ses réticences. Mais il est en même temps déjà à destination (là où se trouve la finalité, sans que pour autant rien ne soit écrit !). Il ne dit jamais à son patient « allez là-bas » car celui-ci pourrait légitimement craindre d'y aller. Le praticien y est déjà (en même temps qu'il est à ses côtés) et il l'invite à le rejoindre, lui montrant, en y étant déjà, que cet endroit est fréquentable (lire la publication de septembre 2016 « Emplacement subjectif du praticien »).

Une psyché multidimensionnelle

Bien des théories définissent le champ d'application de la psychothérapie. Le praticien ne devra s'enfermer dans aucune (enfant intérieur, transgénérationnel, traumas etc.). Il restera ouvert à ce que son patient partage et à ce que la Vie exprime à travers lui, sans jamais restreindre son champ d'investigation, ni sans le forcer dans aucune direction. Il restera ouvert aux différentes possibilités au fur et à mesure de leurs émergences :

- La biographie (prénatal, enfance, traumas de l'existence)
- L'intergénérationnel (vécu des parents, grands-parents) ou le transgénérationnel (vécu des aïeux lointains)
- Le systémique (le symptôme chez l'un reflète une souffrance psychique de l'autre)
- Le transpersonnel (en dehors de la biographie ou de la lignée ou même du systémique [au sens habituel du terme]). Il s'agit de phénomènes psychiques qui ouvrent sur l'humanité entière, passée,

présente ou future, et même au-delà de façon non locale. Si l'on veut parler ici de systémie, ce serait une sorte « d'hypersystème » car elle déborde l'environnement immédiat.

- La psyché rend parfois compte aussi de ce qui est éprouvé par le corps, que nous distinguerons de la psyché elle-même, tout en pouvant considérer le corps comme un Être de Soi au cœur de la psyché. Le corps est vu ici comme un Être à part entière qui a des éprouvés différents de ceux de la psyché face à une même situation (on peut avoir un Être psychiquement en paix avec un corps qui a peur ou qui a mal).
- Nous avons vu aussi que des Êtres de Soi peuvent avoir été clivés sans qu'ils aient souffert, juste pour les mettre à l'abri (il ne s'agit donc pas de valider leur peine éprouvée, mais plutôt leur patience (d'avoir attendu) et leur qualité (car ils sont ressource).
- Nous avons vu également que certains « faux symptômes » sont en fait des écrans pour rendre la vie plus supportable, alors que d'autres (vrais symptômes) sont là en vue de remédiations ou en vue de déploiement. Derrière le symptôme écran, le vrai symptôme attend notre capacité à accomplir la vraie rencontre, la bonne remédiation ou le bon déploiement (c'est pas exemple souvent le cas des addictions ou des rituels).

Finalement, le champ de la psyché peut être le présent, le passé, l'avenir, l'ici et l'ailleurs, le non local, et même hors Vie physique (au sens biologique, différenciant la « biosphère » de la « noosphère » ainsi que nous le propose Pierre Teilhard de Chardin).

“

« Déploiement de la noosphère » (Teilhard de Chardin, 1955, p.211). La totalité en chacun : « La présence d'un plus grand que nous-mêmes, en marche au cœur de nous » (ibid. p.196).

Rejoindre une finalité pertinente :

“

« Et, au cœur de la Vie, pour expliquer sa progression, le ressort d'une Montée de Conscience » (ibid. p.161)
« Tout au fond de lui-même, le monde vivant est constitué par de la conscience revêtue de chair et d'os. De la Biosphère à l'Espèce, tout n'est donc qu'une immense ramification de psychisme se cherchant à travers des formes. » (ibid, p.165) « La conscience monte à travers les vivants » (p.195).

Alors nous sommes proches de la notion du Soi chez Jung, ou de l'Être chez Heidegger

Intégrité et protection... justesses à l'œuvre

Les phénomènes psychiques, en réaction à l'environnement, aux expériences éprouvées, sont de l'ordre du développement (au niveau du moi, de la personnalité - besoins psychosociaux) et du déploiement (au niveau du Soi - besoin d'accomplissement).

L'intégrité de la structure psychique est réalisée grâce à la pulsion de Vie (assemblage) et sa sécurité grâce à la pulsion de survie (clivages).

Quand, face à une situation, la psyché se sent émotionnellement submergée, elle se clive par survie, afin que cette émotion n'envahisse pas toute sa structure. Ce n'est pas l'événement qui clive la psyché, mais la psyché qui s'auto clive par sécurité. Puis comme une part de la psyché, de ce fait, devient manquante, la structure ainsi préservée mais fragilisée, est soutenue par une compensation permettant de poursuivre son chemin d'expérience et de déploiement (cela évite une situation statique).

D'un autre côté, ce qui a été clivé n'est pas perdu car la pulsion de Vie le met à l'abri dans ce que j'appelle un « NousNous » (où se trouvent tous les « Nous » clivés) afin que rien de Soi ne soit perdu. Elle produira ensuite les symptômes qui permettront de recontacter ce qui a été clivé, en vue d'une remédiation restaurant l'intégrité, quand le bagage de vie le permettra.

Tout au long de l'existence, les symptômes annoncent une possible émergence de Soi, une possible remédiation conduisant à plus de complétude, ou un déploiement conduisant à être plus soi-même. Les pulsions de Vie et de survie agissent en synergies afin de permettre au Soi, à l'Être, de se déployer avec une juste place au monde.

Ce qui peut paraître hasardeux dans une psychothérapie ne tient qu'au fait que l'on aborde la psyché comme un labyrinthe complexe où seraient dissimulés bien des tourments à évacuer ou bien des erreurs à corriger. Quand on change de paradigme et que l'on prend pour axiome « la pertinence », « les déploiements » et « les clivages », nous découvrons que rien ne se cache, que tout fait sens, que la psyché elle-même nous guide vers ses justesses.

Une pertinence systémique

La pertinence n'est pas que locale. Elle est aussi systémique. C'est ainsi que nous rencontrons souvent les personnes qui « appuient » en nous juste là où cela nous impacte, qui réactivent sans cesse ce que nous tentons de mettre de côté. Tout se passe un peu comme si nous avions un sens du casting nous conduisant à rencontrer surtout les Êtres qui contribueront, sans le savoir, à nos remédiations intimes et à notre déploiement... en activant nos symptômes.

D'où les situations de répétitions décrites comme des « patterns », c'est-à-dire une émotion qui se produit à

l'identique dans diverses situations. Ce qui fait que nous ne savons pas si c'est nous qui recherchons ces situations pour produire ces émotions analogues, ou si c'est nous-mêmes qui ressentons cela quoi qu'il se passe (ou peut-être un peu des deux).

Ce qui semble certain c'est que cette répétition apparemment encombrante est une porte vers une remédiation ou un déploiement, et que tant que ce n'est pas accompli, la répétition perdure... comme un chemin soigneusement entretenu par un « délicat cantonnier » pour ne pas perdre la zone clivée où un « élément sacré de Soi » attend d'y être rencontré.

La pulsion de Vie est tenace ! Il semble même que la Vie œuvre en hypersystémie puisque le phénomène s'étend à toute l'humanité, et même au-delà (transpersonnel). Il semblerait même que les psychotiques soient particulièrement sensibles à cet aspect avec la notion de « concernement » auquel nous sensibilise le Dr Henri Grivois (lire la publication d'octobre 2012 « Mieux comprendre la psychose »)

Cette hypersystémie nous conduit à être sensibles à des êtres dont les travers réactivent les nôtres, et inversement. Nous avons là comme un réseau de pertinences à l'œuvre, qui doit aiguïser notre attention. Cependant, soyons très vigilants à ne pas tomber dans le détestable travers de la phrase dévastatrice « Si cela t'arrive ce n'est pas par hasard ! » qui est tellement culpabilisante. Il y a là un grand danger : le fait que cela ait du sens et que l'on y regarde une pertinence ne doit pas être interprété comme « c'est écrit », ou pire encore « c'est de ta faute ».

Il s'agit de la Vie qui se cherche, qui s'accomplit. Les pertinences doivent nous interpeller, mais toujours dans le respect de chacun et sans aucun jugement envers qui que ce soit.

Ni valoriser ni dévaloriser

L'absence de jugement va avec la « confiance inconditionnelle ». Celle-ci n'est possible, comme nous l'avons déjà vu, que dans la mesure où nous distinguons entre les « Êtres eux-mêmes » (inestimables) et « les choses qu'ils produisent » (estimables en positives, négatives ou nulles – selon que ces choses sont sources de bonheur, de peine, ou sans effet).

Valoriser quelqu'un, c'est lui donner une valeur. Or, ainsi que nous l'avons vu, donner une valeur à un Être c'est le déchoir de son statut existentiel pour le faire choir dans un statut objectal (on en fait une chose). Dire qu'un Être est « précieux » est finalement une sorte d'insulte existentielle. Aussi brillante (précieuse) soit-elle, cette « chose » qu'il devient alors n'est que clinquante, alors que l'Être (le Soi) est par nature « lumineux ». « Brillant » c'est pour les choses (et l'égo). « Lumineux » c'est pour les Êtres (le Soi).

L'Être, le Soi, le Sujet, le Quelqu'un, ne peut être une chose et, pour être correctement accompagné, doit clairement être distingué des choses (c'est ce qui a conduit la juge d'instruction Anne Gruwez à pouvoir dire à un détenu qu'elle aime l'Être qu'il est, mais déteste ce qu'il a fait).

L'infinitude du Soi doit être respectée (seules les choses sont limitées, ont une valeur et sont estimables). L'Être est résolument en dehors du champ des valeurs et reste inestimable (bien au-delà de l'idée de « précieux »).

Cela se manifeste par le fait que le praticien soit « touché » lors de la rencontre de l'Être qui consulte, ainsi que par tous ceux qu'il a été et ceux dont il est issu, et même en transpersonnel tous ceux qu'il contacte (sans toutefois minimiser les faits qui sont vus pour ce qu'ils sont, et encore moins les ressentis, qui eux sont validés dans la réalité de leur nature et de leur dimension).

La posture du praticien

Ce qui mobilise son attention

Le praticien se tourne donc résolument vers le Soi (l'Être, le Quelqu'un) et non vers l'histoire ou le circonstanciel. Il « sait » que le symptôme ne l'invite pas à chercher ce qui se cache, mais à s'ouvrir à ce qui appelle la conscience. Et ce qui appelle la conscience, ce n'est pas quelque chose mais quelqu'un. C'est un Être de Soi en quête de reconnaissance (que l'on soit touché par qui il est) et de validations (de la nature et de la dimension de ce qu'il a éprouvé).

Cet Être de Soi peut se situer dans la biographie (depuis la conception, et même dans le futur), dans l'histoire familiale (jusqu'aux lointains ancêtres), ou dans le transpersonnel (même au-delà de l'humanité).

Le symptôme, engendré par la pulsion de Vie, est le moyen par lequel ce qui appelle maintient un lien avec le Sujet concerné. Le symptôme appelle la conscience du Sujet, qui est censé être l'auteur de cette reconnaissance et de cette validation.

Le praticien accompagne simplement ce processus qui est déjà en cours avant la thérapie, un peu comme l'accouchement l'est avant l'intervention de la sage-femme ou de l'obstétricien. Le praticien est tourné vers le sujet présent, écoute ce qui appelle la conscience de celui-ci, d'une certaine façon s'y trouve déjà, accompagne le processus déjà en cours (remédiation ou déploiement), lui permet un heureux aboutissement.

Il accompagne ce qui s'accomplit déjà

Il ne fait donc qu'accompagner ce qui est en train de s'accomplir. Il en est le facilitateur, mais pas l'instigateur. Une sorte « d'autogouvernance » au sein de la psyché fait le job de la meilleure façon. Le praticien est seulement facilitateur du déroulement des remédiations ou des déploiements en cours.

S'il est à l'écoute, tourné vers le Soi, touché par la Vie, il ne met en œuvre aucune énergie. Il ne fait que suivre un courant de pertinence dont il facilite l'écoulement.

Mais finalement puisqu'il y a de la pertinence, n'est-il pas superflu de la faciliter ? Hé bien non, Ce n'est pas superflu de la faciliter, car de nombreux impacts de notre culture viennent en contrarier l'écoulement naturel : croyances tenaces selon lesquelles il faut se libérer, calmer, résoudre, solutionner, catharsiser, vaincre les résistances, chercher ce qui se cache, dénouer des intrigues, suspecter, etc., autant d'impacts, d'axiomes inopérants, de paradigmes dommageables. Autant de forces qui viennent contrarier le déroulement naturel des élans opérationnels de la psyché.

Il s'agit « simplement » d'accompagner les phénomènes qui s'accomplissent. L'expertise du praticien consiste juste en une acuité lui permettant de les identifier et d'en faciliter l'aboutissement.

Il suit la pertinence du courant de la Vie

Même les apparentes « résistances » indiquent le juste chemin. Quand un patient ne veut pas aller quelque part, ce n'est pas pour le praticien un problème mais une indication, une opportunité.

Il ne faut pas aller là ?... Super ! Alors ce qui se passe nous indique là où il est plus pertinent d'aller. Comme l'eau suit la pente et s'écoule naturellement, une conscience qui n'est pas entravée s'écoule, ou s'ouvre, vers le fondement qui l'attend... ou même mieux : qui l'appelle.

Loin de toute idée de traque ou d'enquête, c'est l'écoute attentive d'une route qui se révèle sous nos pas. Chaque ressenti est un indicateur précieux, même une opposition, même un refus. Tout participe à ouvrir le chemin. Même la patiente qui me disait « qu'il y avait un mur d'une épaisseur infinie » ne m'indiquait pas un obstacle, mais à quel point ce qu'il y avait derrière méritait beaucoup d'égards et ne pouvait être rencontré avec la moindre indécatesse.

Sa connivence avec ce qui appelle la conscience

La proximité et la connivence du praticien avec le patient est un préalable incontournable dans l'efficacité thérapeutique. Même l'ARS (agence régionale de la santé) recommande le « partenariat soignant/soigné » dans tous les soins (physiques ou psychiques).

Ici nous proposerons d'aller encore plus loin dans le soin psychique : une connivence avec l'Être de Soi qui appelle la conscience du patient. Si le psychopraticien est proche du patient, il doit l'être encore plus de ce qui, chez celui-ci lui, appelle sa conscience.

Si par exemple l'enfant qu'était le patient a souffert, le praticien est en proximité et en connivence avec cet

enfant qu'il était. Dans le dernier ouvrage que j'ai écrit avec Françoise Leclère « Au cœur de la psychothérapie – nouveaux paradigmes et entretiens détaillés » chez ESF, cette femme, Leila, (p. 153) avec un symptôme suicidaire a en elle une enfant qui appelle sa conscience :

Celle qu'elle était à deux ans quand son petit frère est mort sur ses genoux : sa mère l'a accusée de l'avoir tué, et a même ajouté (en le répétant souvent ultérieurement) que ça aurait été mieux que soit elle qui meure. (p.195-196)

Ici, le praticien sera proche de cette enfant, il sera touché par l'Être qu'elle est et en validation de la détresse que celle-ci éprouve (deuil de son frère jamais entendu, et surtout reproches violents de sa mère, et aussi son besoin d'avoir une mère qui semble disparaître suite aux propos de celle-ci). Le praticien « entendra » que le désir suicidaire n'est pas tant un désir de mourir par douleur existentielle, mais aussi une façon d'accomplir le souhait de la mère « ça aurait été mieux que ce soit toi qui meure ». La patiente ajoute même : « Le jour où elle sera en paix c'est que je serai morte » (p.198). En dépit de l'horreur du fait et des paroles « maternelles », il y a un besoin irrépressible que la mère existe, et pour cela, lui donner raison en accomplissant son souhait... car avoir une mère qui a raison est plus sécurisant que d'avoir une mère qui a tort (sorte d'archétype existentiel, tel un axiome).

Le praticien est en proximité de cette enfant, mais il n'oublie pas de donner à l'Être qu'est la mère une place existentielle (sans pour autant ne jamais nier l'horreur du fait). Il mettra un soin tout particulier à ne pas juger cet Être qu'est la mère et sera particulièrement attentif au fait que la patiente a besoin « en même temps de la détester et de l'aimer », comme cela émergera implicitement dans la séance.

Si la patiente consulte pour se défaire de son besoin suicidaire et de sa douleur, le praticien entendra cela, mais sera encore plus en connivence avec cette enfant qui en elle appelle sa conscience à travers ce symptôme, tentant de faire exister une mère (tellement manquante) qu'en même temps elle déteste, et d'être enfin entendue dans la dimension de ses peines.

Il travaille en équipe, et forme des équipes

Ainsi, si le praticien travaille en équipe avec le patient (partenariat soignant/soigné), il travaille aussi en équipe avec cet Être de Soi qui appelle la conscience. Outre la confiance qu'il leur accorde, et l'accompagnement qu'il réalise concernant les pertinences à l'œuvre dans la psyché, il va faciliter leur accomplissement en constituant des équipes aussi au cœur de la psyché : par exemple, ci-dessus, il peut proposer à la patiente de se mettre en équipe avec l'enfant qu'elle était pour, ensemble porter leur attention vers l'Être qu'était la mère. Ce que la patiente seule ou l'enfant seule ne peuvent faire... ensemble cela devient souvent possible. C'est ainsi en équipe qu'elles demandent à la mère « Qu'est-ce qui t'amène à me dire une chose pareille ? » (sans reproches, avec un authentique désir d'être éclairées à ce sujet).

Bien plus en sécurité à deux, elles peuvent entendre ce qui a été éprouvé par la mère, sa raison (sans minimiser la gravité du fait). Ainsi la mère peut exister sans que cela ne nie l'enfant, et l'enfant peut exister sans que cela ne nie la mère.

Mais l'équipe est encore plus vaste. Ce qui rend le phénomène bien plus fluide, tient au principal partenaire qu'est la Vie. Ainsi nous avons 4 éléments : le praticien, la patiente, celle qu'elle était, et la Vie, afin de pouvoir rencontrer la mère avec une ressource suffisante.

La Vie comme partenaire ? Mais qui est la Vie ? Voilà un point bien délicat à expliciter. La Vie, c'est un peu comme « le bain dans lequel se trouvent le patient, l'Être émergeant et le praticien ». C'est aussi une sorte de « Source qui nous anime ». C'est également une somme de justesses et de pertinences acquises au cours de l'évolution. C'est aussi une sorte de totalité dans laquelle baigne chacune des parties qui la constituent et qui œuvrent en déploiement systémique. C'est la Noosphère (conscience) de Teilhard de Chardin, qu'il distingue soigneusement de la biosphère (grouillement cellulaire).

Tout se passe comme si l'on avait à faire à des sortes d'archétypes existentiels, des principes que l'on retrouve chez chacun, ainsi que le disait Carl Rogers : plus c'est intime plus c'est général.

“

« Ce qui est le plus personnel est aussi ce qu'il y a de plus général. » (Rogers, 2005, p.22).

La Vie, est une source de pertinences avec laquelle le praticien est en confiance et en alliance, un écoulement de ce qui fait les existences, comme une sorte de « sang du vivant » qui s'écoule dans des « canaux systémiques ». Le praticien est aussi en alliance avec cette dimension qui œuvre au cœur de chacun (et aussi de lui-même). D'où cette sorte de « chez-nous » d'humanité évoqué précédemment.

Simplicité atemporelle

Finalités non déterministes

La simplicité atemporelle commence par l'idée de finalités. La simplicité dépend ainsi de la façon dont cette délicate notion est appréhendée.

Ces finalités, comparables à des « destinations », ne sont pas pour autant des « destinées » (aucun fatalisme). D'une certaine façon, ces destinations « appellent la conscience » du sujet, et il n'y a qu'à suivre le chemin qu'elles indiquent pour les rejoindre. Ces finalités ne sont pas déterministes car ce n'est pas « un

passé qui produit un futur », mais plutôt « un futur qui produit un passé ». Cela se nomme « téléonomie » et ne doit pas pour autant être considéré comme un « déterminisme inversé » : bien que ce futur produise le passé, celui-ci « n'est pas pour autant écrit sur le plan événementiel ». Donc la simplicité commence par un paradoxe et n'est donc certainement pas simpliste.

Ce futur, lorsqu'il s'agit de remédiations, apparaît quand la psyché a dû antérieurement opérer un clivage pour assurer la survie (pulsion de survie). Une finalité se dessine alors ici lors d'un clivage, qui n'en est pas pour autant la source. En effet, la source de ces finalités est la pulsion de Vie qui vise l'intégrité et non les clivages qui se sont produits, par sécurité, du fait de la pulsion de survie. C'est la quête naturelle de complétude qui en est la source et non les séquences événementielles antérieures.

Hors de ces remédiations, nous avons aussi des phénomènes de déploiement qui sont également une production de la pulsion de Vie, un élan naturel de la psyché à aller vers sa propre nature. Un arbre se déploie selon sa nature depuis la graine, vers un futur qui lui ressemble, même si celui-ci s'ajustera en fonction des événements climatiques ou autres. Mais il sera un arbre et un arbre de cette essence qui est la sienne. Déploiements et remédiations sont deux phénomènes psychiques majeurs à considérer dans une thérapie.

Le Soi s'accomplit vers sa complétude, son entièreté et son déploiement. La difficulté est juste de parler de « complétude » alors que la psyché n'est pas spatiale. Notre pensée peinant à se représenter le phénomène en fait une projection spatiale avec des « morceaux qui s'ajoutent, ou qui se rejoignent » ou une « étendue qui s'étend, qui grandit ». Or les Êtres de Soi en question ne sont ni temporels ni spatiaux. Leur perception ne se fait pas de façon sensorielle, pas même dans la pensée... elle ne peut-être qu'expérientielle.

Les phénomènes se passent en un endroit qui n'est pas un espace, en des instants qui ne sont pas du temps... dans un « quelque part » dont nous ne savons rien, mais qui nous est familier : le « chez-nous d'humanité ». Aucun savoir n'est disponible à ce sujet car l'intellect et les sens n'y ont pas accès, tandis qu'une sorte d'intuition et de « connaissance intime » nous le rendent familier.

Le « chez-nous d'humanité »

Ce « chez-nous d'humanité » (je le nomme ainsi faute d'un meilleur vocabulaire) se trouve être à la fois une sorte d'infinitude et un endroit très « cosy ». Nous ne savons rien (savoir) de ce « chez-nous d'humanité », mais il nous est familier et nous le « connaissons » intimement (connaissance). C'est même comme si nous le « reconnaissons ». Il est d'autant plus essentiel de le révéler en notre conscience que c'est de là que partent les phénomènes psychiques (les finalités évoquées ci-dessus).

Carl Rogers nous disait que « plus c'est intime plus c'est général » et c'est sans doute de cela qu'il s'agit.

Comment une chose dont on ne sait rien peut-elle à ce point nous être familière. Nous trouvons là des

zones de résonances entre les Êtres, peut-être source de nos capacités d'empathie, peut-être en lien avec nos neurones en fuseau qui nous renseignent émotionnellement sur notre interlocuteur*

“

* « nos neurones entrent sans arrêt en résonance avec ceux d'autrui ; nos intériorités sont en communication directe »

Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner – Boris Cyrulnik, Pierre Bustany, Jean-Michel Oughourlian, Christophe André, Thierry Janssen, Patrice Van Eersel – Albin Michel Poche, 2012 p.67). L'auteur parle même d'une sorte de « wifi neuronale » (p.71)

“

« Dans votre cerveau les neurones qui ressentent l'autre côtoient les neurones moteurs qui permettent d'agir » (p.77).

Neurologiquement, nous savons que les neurones miroirs suscitent les mêmes gestes. Il a été aussi découvert que d'autres neurones, les neurones en fuseau, eux s'activent en 1/20.000^e de seconde d'un cerveau à un cerveau voisin (ibid.p.72 et 74). Une émotion discrètement manifestée chez l'un, provoque la même activation dans le cerveau d'une personne voisine. (ibid, p.67 à p.78).

A cet endroit, face à un interlocuteur, nous pouvons ressentir une émotion qui est une sorte « d'image de celle de l'autre », sans qu'il ne s'agisse ici de projection. Une sorte d'endroit « connu » de notre « chez-nous d'humanité » où nous savons nous rencontrer intimement, humainement, et même ontiquement. Finalement s'agit-il de perception subtile, ou d'archétypes existentiels qui nous sont communs ?... sans doute un peu les deux.

Si nous tentons d'en trouver une explication neurologique, cela ne doit pas nous faire perdre de vue la dimension ontique du phénomène : nous sommes ontiquement en proximité les uns des autres au niveau de ce « chez-nous d'humanité » et l'on ne peut imaginer un accompagnement psychologique qui se ferait hors de cet « endroit ». La « raisonance » (intellect) sans la « résonnance » (cœur) ne mène à rien, si ce n'est à un stérile travail d'enquête. Le cognitif n'a pas accès à cette intimité commune et il risque de tout décortiquer pareil à celui qui cherche une aiguille dans une meule de foin en triant les pailles une par une et en les classant, au lieu de laisser opérer cet « aimant naturel » qui nous y conduit sans efforts, tel de

l'attraction spontanée.

Le porteur de symptôme, guide et attracteur

Cet « aimant naturel », tel un attracteur, guide nos pas vers ce qui appelle. Il ne s'agit pas de « chercher », mais de « se laisser porter » par ce flux naturel de la Vie qui tend à se rejoindre elle-même.

Le chemin qui y conduit est « gardé » et entretenu par celui que j'appellerai « le porteur de symptôme ». Tel un cantonnier qui maintient en état le chemin qui conduit à cette finalité sacrée (remédiation ou déploiement), il œuvre, toute la vie si nécessaire, pour nous indiquer le cap avec persévérance. Un travail méritant et souvent éprouvant, d'autant plus que bien souvent nous cherchons à le faire taire. Pire encore, nous croyons maladroitement que la guérison psychique tient à son extermination (disparition des symptômes) alors qu'il ne faisait que nous montrer un chemin vers ce qui appelle la conscience. En le combattant nous tentons d'éteindre ce qui nous guide... pas étonnant que nous nous sentions rapidement perdus !

Le psychiatre Stanislav Grof en avait pointé l'importance :

“

« Selon ce point de vue, toute tentative pour dissimuler ou soulager des symptômes devrait être considérée non seulement comme une fuite devant le problème, mais encore comme une interférence avec les tendances spontanées à la résolution de l'organisme » (Grof, 1996, p.389)

Non seulement il ne s'agit pas de combattre le symptôme ni de le supprimer, mais de l'honorer pour son rôle inestimable (le Dr Grof n'avait pas été jusque-là !). « Honorer le porteur de symptôme » est même un de éléments clés de la thérapie. Tous ceux que nous avons été et qui ont contribué à garder ouvert ce chemin vers plus de complétude méritent une considération. En regardant vers son passé, une fois la thérapie aboutie, nous ne sommes pas débarrassés du porteur de symptôme, comme d'un encombrant de notre vie, mais honorés par sa persévérance et touchés par ce qu'il a permis... c'est un moment de profonde gratitude, d'autant que ce fut pour lui une tâche éprouvante. Il n'y a rien à éradiquer, à bannir, ou à effacer.

Ce « porteur de symptôme » est pareil à un « cantonnier ontique », qui maintenait avec soin le chemin vers le sacré qui, en nous, attend d'être rencontré. C'est lui qui nous permet de simplement nous laisser porter vers ce qui appelle. C'est lui qui nous épargne de perdre du temps en infructueuses recherches.

Oser y être

Savons-nous « oser y être », oser mettre un pied dans ce « chez-nous d'humanité » ? Pas si sûr. Pour oser cela, il convient d'accepter la Vie comme principale partenaire, en confiance, et de lâcher les paradigmes de lutte, d'enquête, de contrôle. Comme le disais Abraham Maslow : l'ontique est ce que nous souhaitons plus que tout au monde (nous l'attendons intimement et le connaissons), mais aussi ce dont nous avons le plus peur culturellement (la superficialité de l'intellect nous en a éloigné).

“

« Les valeurs ontiques sont ce à quoi beaucoup de gens (la plupart ? tous ?) aspirent profondément (décelable en thérapie approfondie) » (Maslow 2006, p.159).

Et cependant :

“

« Il s'agit d'une chose que non seulement nous ne connaissons pas, mais que nous avons peur de connaître » (Maslow 2006. 104).

L'intellect est un extraordinaire allié qui permet la conceptualisation et la mise en mots, ainsi que le partage des expériences subtiles. Cependant, il ne peut en être l'artisan initial. La seule difficulté le concernant, c'est quand nous faisons l'erreur de lui donner la première place. Le diaboliser serait tout autant une erreur grossière car il est un heureux contributeur, parvenant même à réaliser des esquisses de l'indicible et même du non pensable, de ce qui est purement expérientiel.

Cependant, si on le met en premier, on ne peut « oser être » dans ce chez-nous d'humanité qui est l'endroit où se trouvent toutes les commandes de pilotage, tous les GPS qui indiquent le chemin. L'intellect ne sait que faire de cela et risque même de le mépriser si on lui donne la première parole à cet endroit. Il parlera d'intuitions non fiables, de rêves invérifiables, de phénomènes non objectivables, de subjectivités incertaines. Il ne peut s'aventurer seul en pareil endroit car son rôle est justement l'objectivation, la rationalisation, la conceptualisation, la vérification. Bien sûr, nous avons aussi besoin de tout cela, pourvu que cela n'éteigne pas nos intuitions, notre sensibilité, notre humanité. Même René Descartes avait soupçonné ce point, en plaçant l'imagination parmi les facultés essentielles :

“

« Certes l'entendement seul est capable de percevoir la vérité ; mais il doit être aidé cependant par

l'imagination, les sens et la mémoire, afin que nous ne laissions de côté aucune de nos facultés » (Règles pour la direction de l'esprit Règle XII, 1999, p.75)

en nécessaire ouverture et toutefois en prudence éclairée :

“

« Toutes les notions que nous composons de cette manière ne nous trompent pas en vérité, pourvu que nous ne les jugions que probables et que jamais nous ne les affirmions comme vraies » (Règles pour la direction de l'esprit Règle XII, 1999, p.85).

Oser être dans ce chez-nous d'humanité semble plus l'apanage des artistes que des personnes raisonnables. Ou, comme le disait Erasme, celui de la folie (Eloge de la folie), ou même comme le propose le Psychiatre Henri Grivois (créateur des premières urgences psychiatriques à paris Hôtel Dieu) :

“

« L'homme qui devient fou révèle, par sa folie même, une part essentielle de la vérité sur l'homme » (Grivois, 2007, p.119).

Seuls les artistes semblent pouvoir s'y aventurer sans précautions, juste en laissant l'âme s'exprimer, sans crainte d'en être jugés... car à eux, on le permet ! Une zone de grâce dans un environnement social qui a trop sacralisé l'objectivable, négligeant les réalités subjectives. Or ces réalités subjectives sont le cœur de l'expérience psychique ou ontique (juste effleurées en phénoménologie).

Se laisser toucher par la Vie

« S'ouvrir à ce qui appelle la conscience, et non chercher ce qui se cache ! »... pour y parvenir il convient de se laisser toucher par la Vie et, comme nous l'avons vu, de l'accepter comme principale partenaire. Il s'agit aussi d'oser être dans ce « chez-nous d'humanité ». Nous aurons également confiance en ce « porteur de symptôme », ce « cantonnier besogneux » (expression de la pulsion de Vie) qui, en répétant les manifestations symptomatiques, entretient la voie vers ce sacré qui, en nous, attend patiemment d'être reconnu (l'Être qu'il est) et validé (nature et dimension de ses ressentis éprouvés). Nous n'oublierons pas de l'honorer pour la tâche accomplie ! Il est un précieux indicateur... non pas indicateur des zones à problème, mais des zones en attente de reconnaissance.

Se laisser toucher par la vie nous fait penser au terme « empathie » qui, dans sa version initiale en

allemand, était « *Einfühlung* » (Theodor Lipps et Sándor Ferenczi) où « *Fühlen* » est le tact psychique. Nous penserons avec bonheur à l'Haptonomie (Frans Veldmans) dont le préfixe vient de « hapsy » signifiant en grec « tact psychique », qui est un art de ce tact subtil.

Ce n'est pas « comment faire que l'autre se sente touché », c'est « se laisser être touché par qui est l'autre », pour ne pas dire « se laisser toucher par la grâce de l'autre », ainsi que nous le propose le terme « charis » (un amour ni intéressé ni désintéressé, mais un amour attentionné).

Se laisser toucher par la Vie, c'est prendre soin de notre capacité d'émerveillement comme principal moyen. Là où nous pensons qu'il faut « agir », « faire quelque chose », il s'agit surtout de savoir s'émerveiller face à ce qui attend. L'émerveillement quand on se sent touché par la vie est une sorte de « sésame » qui ouvre les portes, qui réanime ce qui semblait endormi, qui actualise ce qui était en attente, qui déploie ce qui était replié en attente de venir au monde. L'émerveillement permet d'accomplir ces naissances du Soi en toute simplicité. Nous terminerons par ces mots d'Abraham Maslow :

“

« Vivre dans la beauté plutôt que dans la laideur est tout aussi nécessaire pour l'homme, d'une certaine manière définissable et empirique, que la nourriture pour un ventre affamé, ou le repos pour un organisme épuisé » (Maslow - 2006, p.66).

“

« Un homme doit être ce qu'il peut être. Il doit être vrai avec sa propre nature » (Maslow, 2008, p.66).

“

Nous espérons vraiment, bien entendu, que le conseiller sera celui qui pourra favoriser l'accomplissement des individus plutôt que celui qui aidera à guérir d'une maladie » (Maslow, 2006, p.72-73).

Puisse ainsi le praticien être celui qui s'ouvre à ce qui appelle la conscience du patient et non un enquêteur cherchant ce qui se cache.

Bibliographie

Borch-Jacobsen, Mikkel

- Les patients de Freud - Editions sciences humaines, 2011

Boris Cyrulnik, Pierre Bustany, Jean-Michel Oughourlian, Christophe André, Thierry Janssen, Patrice Van Eersel -

-Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner - Albin Michel Poche, 2012

Botteman, André

-Un testament de Carl Rogers - Revue carriéologie - vol 9, 2004

Chabert, Catherine

-Traité de psychopathologie de l'adulte, Névroses -Dunod, 2008

Descartes, René

- Descartes, Œuvres Lettres - Règles pour la direction de l'esprit - La recherche de la vérité par la lumière naturelle - Méditations - Discours de la méthode « Bibliothèque de la Pléiade » Gallimard - Lonrai, 1999

Freud, Sigmund

- Inhibition, symptômes et angoisses -PUF Quadrige 2002

Grivois, Henri

-Parler avec les fous - Les empêcheurs de penser en rond 2007

Grof, Stanislav

-Psychologie transpersonnelle - Edition du Rocher J'ai lu 1996

Gruwez, Anne

-Film documentaire « Ni juge ni soumise » de Jean Libon et Yves Hinant)

Moustique

Heidegger, Martin

-Être et temps - Gallimard 1986

Jung, Carl Gustav

-Ma vie, souvenirs rêves et pensées- Gallimard Folio, 1973

Maslow Abraham

- Etre humain - Eyrolles, 2006
- Devenir le meilleur de soi-même - Eyrolles, 2008

May Rollo (and all)

- Psychologie existentielle - Epi, 1971

Mill, John, Stuart

- L'utilitarisme - Flammarion, Champs classiques, 1988

Perls, Fritz

- Manuel de Gestalt-thérapie - ESF 2009

Rogers, Carl Ransom

- L'approche centrée sur la personne. Anthologie de textes présentés par Howard Kirschenbaum et Valérie Land Henserson. Trad. de Henri- Richon Georges. Editions Randin S.A. , Lausanne 2001.
- Le développement de la personne - Interédition Dunod 2005

Saint Exupéry, Antoine

- Le petit prince - Gallimard, 1972

Sénèque

- La brièveté de la vie - GFFlammarion 2005

Teilhard de Chardin, Pierre

- Le phénomène Humain- Edition du Seuil, 1955

Tournebise Thierry, Delamotte Danielle

- Face à la délinquance, un regard novateur sur le prévention de la récidive
- L'Harmattan 2013

Tort Patrick

- Darwin et le darwinisme -Puf, 2009

Zajde Nathalie- Nathan, Tobie

- Psychothérapie démocratique - Odile Jacob 2012

Liens internes

[Vie et énergie](#) mai 2006

[Psychologie positive](#) avril 2012

Mieux comprendre la psychose d'octobre 2012

Psychologie de la pertinence mai 2015

Emplacement subjectif du praticien septembre 2016

Incontournable délicatesse et outrancières précautions septembre 2018

Au cœur de la psychothérapie - nouveaux paradigmes et entretiens détaillés octobre 2018

Liens externes

Gruwez, Anne

Moustique