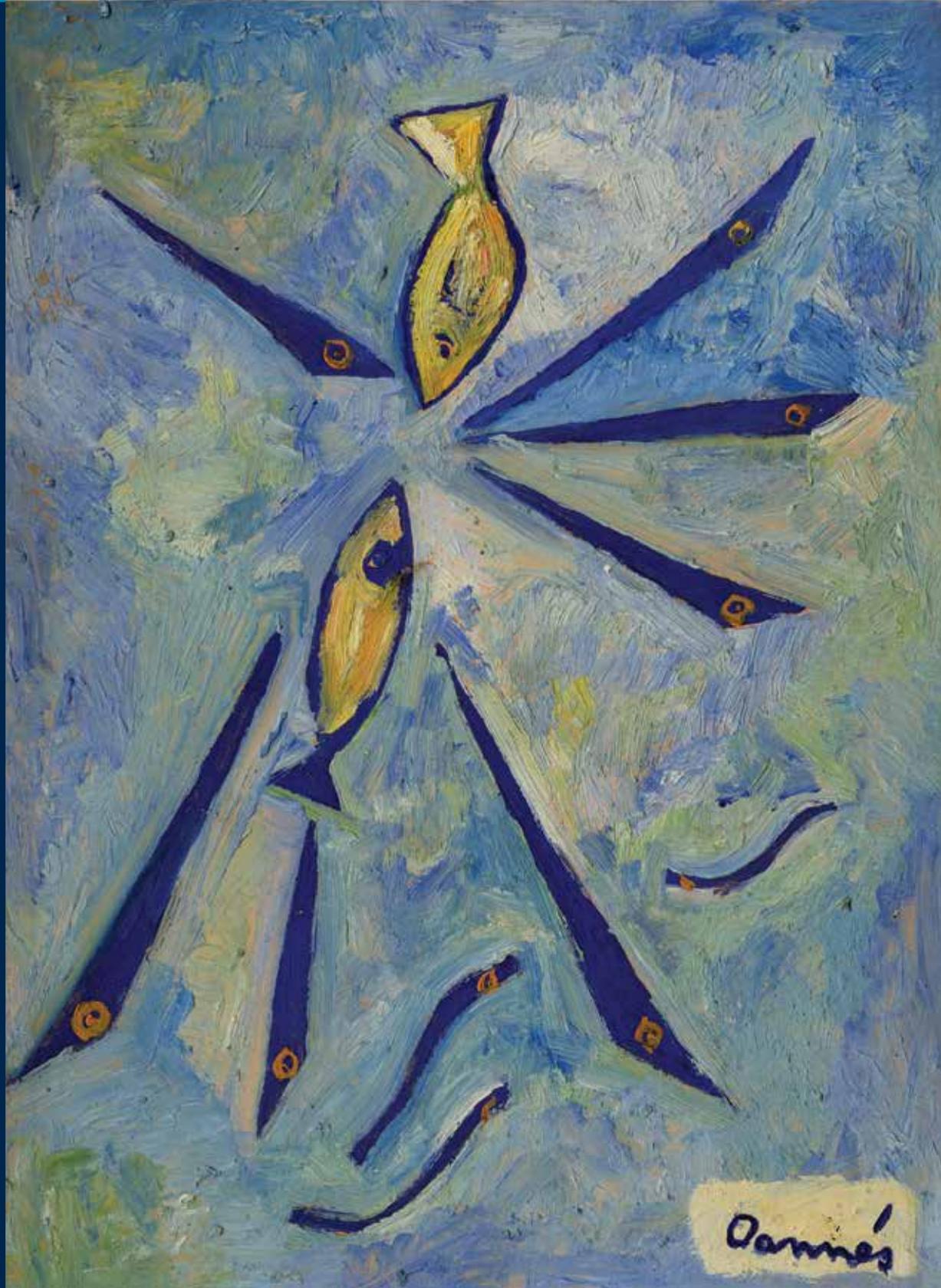


Alain Vasseur



L'INATTENDU,
UN INCONNU RETROUVÉ

Page de titre :

Sauphar Serge, *Oannès*, sans date, gouache sur papier, 32 × 24 cm, C249, dépôt de la section du patrimoine de la SFPE-AT au LaM, Villeneuve d'Ascq.



Serge Sauphar, *Oannès*, sans date, gouache sur papier, 32 × 24 cm, C248, dépôt de la section du patrimoine de la SFPE-AT au LaM, Villeneuve d'Ascq.

L'inattendu, un inconnu retrouvé

Alain Vasseur

Itinéraires Singuliers, Dijon.

Sous l'effet déformant d'une privation souvent mythique, vécue comme un déterminisme, l'individu se refuse en quelque sorte à lui-même, à sa possibilité d'habiter le monde qui l'entoure, d'être présent à ce monde.

Cette présence au monde, où le « je » et le « nous » s'affirment comme un double impératif et complémentaire, est une présence continue à ce qui est discontinu dans notre vie. Dans ces moments de présence à soi et aux autres, l'individu n'agit pas, il est agi. Son action est alors portée par le désir et la sagesse du corps, par une sorte de surabondance intérieure souvent inattendue : sa créativité.

L'individu qui se connecte à nouveau à sa créativité profonde, enfouie, oubliée, peut alors jouir de ses impressions, de ses rêveries, de ses représentations mentales, de ses intuitions, de ses élans, sans se sentir menacé de disparaître avec chacun d'eux. Il survit à l'éphémère. Et cette assurance d'exister lui fait vivre chaque expérience avec un ressenti plus profond et surtout lui fait accepter la mouvance de son vécu. L'individu opère en quelque sorte un phénomène de réconciliation avec soi, son passé, son avenir, en même temps que surgit la prise de conscience, ou encore la conviction, qu'il n'est pas vide, qu'il a des choses à dire et surtout à transmettre.

On s'étonne de cet état où la force de vivre et d'être agi est présence heureuse, abandon à l'action, qui se fait dans la pleine confiance. On cherche à mettre des mots derrière ce ressenti : insoupçonné, incroyable, déroutant, inespéré... inattendu. Et si simplement la réponse était dans cette capacité, pour l'individu remis en situation d'expression, de création et de transmission, de se reconnecter à nouveau avec sa capacité première et originelle... son inconnu retrouvé.

Le philosophe Paul Ricœur dans ses travaux s'intéresse à la capacité. La capacité fait naître le désir, c'est l'assurance du « pouvoir pouvoir », la possibilité du possible, base de l'élan vital. Pour assurer la capacité, l'homme a besoin de reconnaître qu'il peut. Cela nécessite un autre regard (de l'autre), qui lui certifie cette capacité. Pour Ricœur, la capacité s'appuie sur cinq domaines : pouvoir se raconter, agir, parler, se sentir capable de, se tenir pour responsable de.

Examinons-les pour imaginer comment le thérapeute peut s'appuyer sur la réactivation de cette capacité pour cheminer avec le patient.

Pouvoir se raconter

Le pédiatre et psychanalyste D.W. Winnicott considère le fait de créer comme inhérent au fait de vivre. Cependant, l'être humain place rapidement son élan créateur entre parenthèses afin de répondre à des

exigences liées à son paraître. Paraître à défaut d'être. L'être humain n'est donc plus en contact avec sa créativité propre et répond plutôt à des exigences socio-esthétiques qui l'amènent à une création reproductive, normalisée, plutôt qu'à une création imaginative.

Pouvoir se raconter implique la mise en place d'espaces d'expressions libres où l'imagination créatrice permet de donner forme à de l'informe. Créer à partir de cette imagination, c'est donc faire advenir quelque chose qui n'existe pas encore sous cette forme, mais qui permet de régénérer l'être, de le transformer. En créant, je me crée et je me transforme pour être au plus près de ma façon d'être-au-monde, de mon authenticité. Ici, notre « moi » créateur traversé par une activité expressive fait naître un inattendu.

Le professeur Yves Lefèvre souligne que l'art « est un processus visant à rencontrer sa propre créativité ». Il s'agit de recontacter sa propre créativité en faisant abstraction de la pensée première répondant aux exigences sociales, en laissant place à l'imaginaire.

Telle que décrite par Gaston Bachelard, l'imagination est le processus par lequel les pensées sont créées, animées, déformées. La pensée est donc le reflet de notre vérité reconstruite, celle qui souvent nous permet d'organiser une manière impropre d'être. Se défaire de cette vérité pour lui redonner sa vérité première est l'un des enjeux de l'art transformationnel.

Accompagner l'autre dans cette recherche nous invite à être « hors d'attente », à écarter l'attendu pour permettre à l'inattendu de se manifester, à ne pas substituer sa propre créativité à celle de la personne accompagnée. Le thérapeute assure le regard du « pouvoir pouvoir » décrit par Ricoeur, il accueille et étaye la rencontre.

Agir

Agir, c'est se mettre en mouvement. Le psychiatre Ludwig Binswanger définit le mouvement comme la rencontre entre deux êtres qui se questionnent sur le sens de l'« être ». Deux êtres qui cherchent ensemble, se questionnent ensemble.

L'art permet d'initier le mouvement permettant de se transformer et de se créer à partir de son ressenti, de s'inscrire dans un élan au plus proche de sa présence au monde, de son être-au-monde, dans une position d'entière ouverture. C'est un « ouvert » à la contrainte de l'impossible, l'imprévu, l'inattendu, ce « hors d'atteinte ». Il s'agit de s'en laisser traverser, comme une ouverture à un advenir, une invitation au voyage qui fera événement : « Il sera une fois. »

Alors, qu'arrive-t-il à la pensée lorsqu'elle prend congé de ses urgences d'adaptation ? Que se passe-t-il lorsqu'elle agit de sa propre initiative, lorsqu'elle n'est asservie à aucun but ? Elle se met à parler tout haut, à dire des choses simplement et sans compromission. Elle devient libre de tout contenu. Ici, la connaissance n'est plus prise d'assaut, elle est révélée, offerte à qui sait la recevoir. Einstein rapporte que les choses ont changé pour lui quand il a cessé de vouloir imposer

son ordre au chaos de l'univers et qu'il a plutôt laissé l'univers mettre de l'ordre dans le chaos de son esprit.

Parler

Parler, c'est être en mesure de mettre des mots sur son « sentir ». Malheureusement, l'individu qui vit une insécurité globale développe des mécanismes de défense : l'anonymat, l'inhibition et le perfectionnisme, qui s'avèrent être des formes de sabotage et d'invalidation. Ces scénarios résument l'inquiétude de l'individu quant à sa valeur intrinsèque, quant à la santé de ses pulsions et la sûreté de ses perceptions. Il est divisé dans sa propre demeure. Il se sent privé d'une certitude première, d'une sécurité intérieure qui l'autorise pour ainsi dire à exister, à se projeter hors de lui, à laisser sortir ce qui demande à être, à risquer l'exercice de sa puissance et de sa liberté.

Se sentir capable de

La difficulté ne consiste pas pour le sujet à sentir qu'il existe. Cela, il le sent très bien lorsqu'il est seul, lorsque son milieu est stable et familier ; mais que quelque chose d'imprévu survienne, que des gens se présentent, qu'un obstacle surgisse, alors c'est tout l'événement en train d'arriver qui prend la place, qui occupe la conscience, comme si l'individu n'était capable d'aucun retrait, d'aucune distanciation, d'aucune réserve de tranquillité. Il réagit dès lors comme si son existence était en cause. Ici, l'inattendu devient source d'anxiété ou d'angoisse.

Ce qui est en cause : sa sécurité, sa valeur. Il pense qu'il ne vaut pas par lui-même ; il vaut seulement par le résultat qu'il obtient, par l'approbation qu'il gagne, par les biens qu'il possède. Il existe sous condition. Il se trouve dans une sorte de sous-existence en perdant sa sensation concrète d'exister.

C'est par l'expérience du silence et de l'inaction qu'une personne construit sa sécurité. Elle découvre que sa valeur et sa sensation concrète d'exister ne dépendent pas de ses actes, de ses performances, de sa compétence à comprendre et à résoudre ses problèmes.

Elle découvre sa valeur par le plaisir qu'il y a à se laisser « être » simplement. Aucune situation ne justifie qu'elle se laisse atteindre dans cette zone de repos. Voilà ce qu'est la sécurité affective : un état de certitude profonde de valoir en soi qui ne peut être troublé par l'indifférence, par l'agitation ou par l'opposition du milieu. C'est la conviction aussi qu'il y a chez chacun quelque chose d'inaltérable, d'inaccessible de l'extérieur, quelque chose de radical et d'unique.

Se tenir responsable de

Se tenir responsable de, c'est avant tout donner du sens, une direction à sa vie. C'est prendre la mesure de, c'est faire connaître l'importance des choses qui nous portent, montrer ce dont nous sommes capables. C'est aussi donner sa mesure, sa pleine mesure, toute sa mesure et la mettre au « service de ».

Révéler notre capacité de prendre des mesures qui sont bonnes pour nous et pour les autres est la première étape qui mène à l'amélioration

psychique. Si on ne mesure pas quelque chose, on ne peut le comprendre. Si on ne le comprend pas, on ne peut l'appréhender. On perd alors le contrôle sur les événements.

Donner du sens à la mesure de chacun, c'est un peu le credo, le chantier permanent de l'association Itinéraires singuliers, mais aussi l'objectif de beaucoup d'entre nous dans notre cheminement personnel ou professionnel. Donner du sens à la mesure, c'est offrir à l'autre la possibilité de la questionner, et de se questionner.

La maturité, en termes de culture, c'est de partager non pas le savoir mais les questions que l'on se pose.

La maturité s'évalue par l'écart entre les questions que l'on se pose au début et celles que l'on se pose à la fin. Plus un savoir s'accroît et plus on s'interroge. Éduquer, accompagner, c'est favoriser un apprentissage de la vie et des savoirs. Ces savoirs ne sont pas exceptionnels. Se tenir responsable de, c'est donc faire l'expérience de la maturité, c'est aussi suivre son instinct avec confiance.

Suivre l'instinct suppose beaucoup plus qu'une méthode d'expression ou de créativité. Cela engage une philosophie de vie qui est rarement enseignée. C'est en cela que la subjectivité, ou ce qu'on appelle le sens émotionnel, est source d'une connaissance révélée. Les art-thérapeutes connaissent bien cela.

Elle est éminemment importante dans notre adaptation à l'organisation sociale et dans le développement de la technologie, mais elle n'a pratiquement rien à voir avec l'expression en tant que révélation.

Nous sommes au milieu d'un réel que nous connaissons à peine et que nous connaissons sans le savoir. C'est par le moyen privilégié de l'expression qu'il se manifeste et s'explique. Nous sommes victimes de la distinction que nous établissons entre affectivité et intelligence. Il y a une affectivité qui connaît, il y a une intelligence qui aime. C'est dans le champ du sensible, où le « cœur » – au sens de Pascal – et la raison se confondent, que peut se manifester, dans l'éclair de l'inattendu, « l'inconnu retrouvé ».

BIBLIOGRAPHIE

Bachelard Gaston, *La Psychanalyse du feu*, Paris, Gallimard, 1990.

Brunel Sarah, Maldiney Henri, *La crise, un appel à exister ?* S.E.R. / Études, 2012, t. 417, p. 53-62.

Charbonneau Georges, *Introduction à la psychopathologie phénoménologique*, 2010, t. I, Paris, MJW-Fédition.

Housset Emmanuel, *L'Intériorité d'exil*, éd. du Cerf, Paris, 2008.

Ricœur Paul, *Temps et Récit*, éd. du Seuil, Paris, 1983.

Ricœur Paul, *Soi-même comme un autre*, éd. du Seuil, Paris, 1990.

Saigre Henri, *Deviens qui tu seras*, L'Harmattan, Paris, 2009.

Stern Arno, *L'Expression*, Neuchâtel, Delachaux et Niestlé, 1973.

Winnicott Donald W., *La Mère suffisamment bonne*, éd. Payot et Rivages, Paris, 2006.