

**Une position de recherche et de démarche ontologique
comme psychothérapie**

Aimé Hamann

Colloque d'abandon corporel 2009

Table des matières

1.	L'origine : l'involontaire	3
2.	La position	3
3.	Le rapport	4
4.	La recherche de l'humain sur l'humanité	7
5.	L'interdépendance comme psychothérapie	9
6.	L'implication pour le psychothérapeute	11
7.	L'individu, donneur de sens à être	12
	Conclusion	15

1. L'origine : l'involontaire

Ce qu'il est convenu d'appeler « l'abandon corporel » émerge d'une recherche sur le toucher engagée par un groupe de psychothérapeutes qui s'intéressaient aux approches corporelles. C'était en 1972, il y a déjà trente-sept ans. De l'exploration d'un mode de toucher qui n'était que présence à l'autre a surgi une expérience étonnante, que nous avons nommé l'« involontaire » : une forme de mouvement corporel, surgissant de l'intérieur, propre à chacun, envahissant progressivement chacun et révélant son organisation unique et déterminée.

2. La position

L'expérience de l'involontaire a été déterminante. Nous avons pris conscience des implications de cette découverte en centrant de plus en plus notre attention sur les conditions qui la rendaient possible. En transposant l'involontaire à notre pratique de psychothérapeute, nous en sommes venus à le nommer « la position ». Cela consiste à faire à soi-même toute la place, sans aucune prédéfinition, à ne rien empêcher de son propre vécu mais à ne rien provoquer non plus, à laisser être au-delà de toutes interdictions et de tous jugements. Tout ce qui surgit en soi, qui est éveillé de l'intérieur de soi, à l'occasion des autres ou de toute réalité est soi à être, et non à agir. Ce n'est pas la vérité, mais l'expression de sa subjectivité, c'est-à-dire de l'organisation particulière de

l'humanité que chacun est. La pratique de psychothérapeute de certains d'entre nous en a été radicalement modifiée. De psychothérapeutes, nous sommes devenus des psychothérapeutes-chercheurs ontologiques.

L'involontaire, ce mouvement intérieur, cette ouverture à tout de soi, engage un processus sans fin, dans l'ici et le maintenant, qui ouvre à tous les espaces et tous les temps du co devenant humanité sous la forme unique de lui-même. Soi s'ouvre alors au Soi; le particulier fait place à l'universel, et l'universel dévoile le particulier. L'être et le connaître jusqu'ici morcelés se décroissent et un processus d'unification s'engage. Cette « coïncidence » avec soi-même, sans cesse à renouveler, est un consentement à être le sujet, le responsable de son humanité propre, comme celle-ci peut à ce moment émerger de soi, comme elle s'y est inscrite dans l'espace et le temps en tant qu'organisation déterminée, lieu d'expérience et d'interprétation de toute réalité, et donc, en tant que subjectivité constitutive.

3. Le rapport

Cette position constamment reprise par le psychothérapeute-chercheur, qu'il le fasse verbalement ou non verbalement, en situation de groupe ou en individuel, constitue un passage à l'ontologique. Tout recevoir de soi comme étant soi-même, une subjectivité incontournable à être et non à agir, suspend la compétence institutionnelle. La subjectivité est la réalité de chacun; elle exprime son unicité; le psychothérapeute-chercheur ne peut vraiment rencontrer, apprendre et comprendre l'autre que dans le consentement au déterminisme de

sa propre organisation, dans « l'habitation » de sa propre subjectivité.

Paradoxalement, adopter une telle position se transpose en interdépendance, car habiter d'être subjectivité, lieu d'interprétation de soi, des autres et de toute réalité ouvre à recevoir d'être et de ce fait, donne d'être.

De la matière, de la vie, de chacun des humains qui ont vécu dans l'espace et le temps, l'humanité sous la forme unique de chacun est en effet devenue, « co devenue ». En chacun, de génération en génération, l'humanité s'est organisée de façon unique, déterminée. Dès l'origine, le rapport humain a impliqué tout de soi, des autres et de toute réalité, mais dans l'exclusion. Le rapport humain a émergé de la matière, de la vie instinctive poussée jusqu'aux portes de l'humanité; cette humanité a dû co-devenir à partir de l'absence et du manque. La vie instinctive a lentement cédé la place à l'institution à travers de nombreux essais et échecs; des millions d'années sont passées ainsi. L'institution a sans cesse évolué avec l'humanité, jusqu'à devenir le monde dans lequel nous vivons. Nous en sommes les produits incontournables, chacun à notre manière. L'institution porte le co-devenir humain sous de multiples formes, mais selon des mécanismes qui se rejoignent : découverte de la vérité, adhésion à celle-ci, appartenance et donc, connivence avec les adhérents aux mêmes vérités et exclusion des autres. Le bien et le mal, les bons et les méchants sont incontournables. Comment apprivoiser autrement le fait humain? Ce co devenant ambivalent a été le seul chemin possible, tout en étant douloureux, incertain. Les mécanismes en jeu ont poussé très loin l'émergence de l'esprit, qui est l'accumulation d'humanité organisant de façon unique et déterminée chacun des humains. Sous des formes

différentes dans l'espace et le temps, les lieux de co-devenance humanité se rejoignent dès l'origine dans une même recherche d'être. Le désir fait de cette recherche un chemin incontournable. Ce désir ne peut s'ouvrir à l'interdépendance qu'à travers l'organisation unique d'humanité de chacun.

Les chemins du devenir humanité sont complexes et périlleux. Le bien et le mal y sont indissociables et de ce fait, l'humanité progresse dans l'ambivalence. L'accumulation d'humanité peut tout aussi bien mener à une possibilité plus grande d'être sujet de soi-même qu'à l'impossibilité de se ressentir et de s'habiter, tellement soi est irrecevable et douloureux. Cette accumulation peut tout autant conduire à la destruction qu'à l'accomplissement de l'humain. La force du désir qui cherche à combler le manque en incluant tout soi-même et de ce fait, tous les autres, ne peut mener qu'à l'échec pour une très grande partie de l'humanité. Et pourtant, il ne semble pas y avoir d'autre chemin.

L'ambivalence entre le bien et le mal, les bons et les méchants, la vie et la mort, constitue l'humanité. Cette ambivalence est à être, à recevoir; elle doit donner d'être dans l'interdépendance. Le bien est le projet de l'institution et il passe par la vérité. Mais le désir ne peut s'apaiser et le manque, se combler que dans l'inclusion de tout soi-même : bien et mal, non reçu et non recevable. L'accomplissement du désir humain passe par l'individu prenant le risque d'être tout lui-même, de s'inclure. À ce moment, une fraternité universelle dans l'interdépendance se découvre, qui comble tout vide, unit toute dichotomie et résout toute contradiction. Dans l'inclusion de tout soi-même, de tous les autres et de toute réalité, il n'y a plus que de l'être dans la « paradoxalité ».

4. La recherche de l'humain sur l'humanité

Cette ouverture du psychothérapeute-chercheur à son organisation unique et déterminée, qui a sans cesse à être renouvelée avec la même rigueur, est un mode de rapport à soi consistant à laisser être tout de soi et non à l'agir; de ce fait, ce rapport inclut chacun des autres dans leur unicité; le psychothérapeute-chercheur se trouve ainsi à apprendre de l'humanité tout entière. Cette position de recherche et de démarche ontologiques incite les personnes en présence à co-être, à co-devenir et donc, à apprendre et à comprendre. La recherche de l'humain sur l'humanité est à ce prix. Il faut y voir la subjectivité de chacun, y compris celle du chercheur, comme incontournable, constitutive. Une telle position fait apparaître chacun comme lieu unique d'expérience et d'interprétation de soi, des autres et de toute réalité.

En fait, il est impossible d'éviter l'institution, celle-ci a présidé à tout le devenir de l'humanité. Nous en sommes constitués. Les religions, par la révélation, les philosophies, par la rigueur intellectuelle, et la science moderne, par la précision de ses méthodes, ont prétendu à l'objectivité. Mais la position de tout recevoir de soi qui est celle de la recherche et de la démarche ontologiques découvre l'individu comme subjectivité et non comme lieu de vérité et d'objectivité. Chacun s'y expérimente comme organisation unique et déterminée des traces du co devenant humanité. Consentir à cette réalité et l'habiter fait passer le rapport humain à l'interdépendance. C'est alors la rencontre, où bien et mal donnent d'être. La position psychothérapeutique assumée par le chercheur ontologique

ouvre à la paradoxalité : le plus spécifique de la vie de chacun devient une fenêtre ouverte sur l'humanité tout entière. Cette position de recherche et de démarche ontologiques est le lieu thérapeutique. C'est l'humanité comme elle s'expérimente et se découvre en chacun qui peut alors accéder à l'être. Soi peut s'ouvrir au Soi, recevoir et donner d'être, même dans ses aspects les moins apprivoisés. Le psychothérapeute-chercheur ontologique qui prend sans relâche cette position y puise sa compétence professionnelle tout en assurant au client les conditions pour être comme c'est organisé en lui, sans aucun impératif, sans modèle prédéfini, sans incitation à devenir autre, sans interprétation causale et sans accusation ou culpabilité. Ce mode de rapport mis en place par le psychothérapeute-chercheur mène à l'interdépendance, à une filiation ou une paternité réciproques, au dévoilement du mouvement de la vie comme il est organisé et déterminé en chacun. Le changement possible de l'individu s'initie dans ce processus d'ouverture sans limites, d'apprivoisement à son être et de « coïncidence » avec soi. Cette approche ontologique de la psychothérapie mène à un passage des sens donnés à la vie par les institutions au donneur de sens que chacun est, aussi bien le psychothérapeute que ses clients. Le changement n'est alors pas défini à priori. Il survient de façon unique chez chacun, comme il est possible dans le processus d'ouverture à soi.

Peut-on dans ce cas parler de guérison? Peut-on jamais guérir d'être humain? La douleur d'être humanité ne semble pas aléatoire ni accidentelle, mais constitutive. Le processus psychothérapeutique rejoint dans ce cas les chemins du désir, organisés de façon unique en chacun. Non seulement l'individu y trouve

son compte mais l'humanité tout entière pourrait y entrevoir la possibilité de combler le manque. Mais on ne guérira jamais d'être humanité et le manque sera toujours à combler.

5. L'interdépendance comme psychothérapie

Cette recherche et cette démarche ontologiques se concentrant sur le fait de recevoir la globalité de soi et de donner d'être, donc sur la rencontre et l'interdépendance, constituent le processus psychothérapeutique. La position prise par celui qu'il est convenu d'appeler le psychothérapeute place la rencontre dans un ici et un maintenant qui ouvrent à tous les espaces et tous les temps de soi. La souffrance d'un individu et le sens de son humanité s'enracinent ainsi plus profondément que dans sa seule histoire personnelle, dans celle de ses lignées d'appartenance, de ses parents, de son milieu et de la société actuelle; ils trouvent racine dans le fait humain lui-même. Tout est à être, à recevoir et à donner d'être dans un mode de rapport ouvrant à la globalité de soi et de ce fait, à ce que les personnes en présence ont de plus spécifique. C'est soi dans toutes ses dimensions qui sont à apprivoiser et à être. Le changement revêt un tout autre sens que dans les formes institutionnelles de la psychothérapie et que dans les sagesses ou les religions, mais il n'en n'est pas moins réel : il consiste à devenir sujet de soi-même, responsable de soi, de devenir le Soi, c'est-à-dire ouverture à tous les autres et à toute réalité. Le devenir humanité émerge de la matière devenue vie, puis vie instinctive s'ouvrant à la possibilité d'une humanité à apprivoiser longuement à travers les institutions. Portés par les institutions, les

rapports humains ont peu à peu pris les corps en charge. L'individu corps humain est ainsi co devenu, il est une organisation des rapports humains, une organisation unique de l'histoire de l'humanité et du rapport de chacun au monde, à l'humanité tout entière. Commencé dans l'absence, dans l'exclusion de soi et donc, dans le manque, le rapport humain a engendré l'histoire, ce lent processus ambivalent de s'habiter et d'inclure ainsi tous les autres et toute réalité.

L'ambivalence, les connivences et les dichotomies qui sont au cœur même de l'institution et du co devenant humanité fragilisent l'aventure humaine, de même que chacun de ses membres.

Les mécanismes de l'institution ont joué et continuent de jouer leur rôle dans le devenir humanité. Mais ces mécanismes sont également l'obstacle ultime à franchir. Il semble que l'avenir de l'humanité devra dorénavant être porté davantage par l'individu que par la communauté. Il ne s'agit pas de s'extraire des institutions ni de les dénoncer, mais de les reconnaître comme étant constitutives de nous-mêmes. Ses mécanismes sont à recevoir, à habiter, à reconnaître comme notre être propre. Voilà en quoi consiste l'interdépendance, qui ouvre la psychothérapie à l'ampleur d'une démarche et d'une recherche ontologiques. L'humanité n'a pas des problèmes. Elle est ontologiquement problématique. Chacun est, à sa manière unique, cette problématique. Rien n'est à rejeter, tout est à recevoir comme soi-même et non à agir. Tout donne et reçoit alors d'être, et le processus institutionnel parvient à combler le manque d'origine des humains dans l'interdépendance et la paradoxalité.

6. L'implication pour le psychothérapeute

Cette position permettant un passage à l'être dans l'interdépendance est le véritable lieu de compétence du psychothérapeute-chercheur ontologique. Cela n'exclut en rien la compétence institutionnelle que ce dernier a dû acquérir, pas plus que la nécessité de se conformer aux exigences des organismes qui gèrent la profession de psychothérapeute. S'inscrire dans son milieu aide à pousser plus loin la recherche de l'humain sur l'humanité. Dans une démarche de recherche ontologique, le psychothérapeute se place d'emblée dans la position d'être subjectivité à recevoir et à habiter comme lui-même, et non pas comme un être de savoir et de compétence acquise. Cette co-devenance qu'on qualifie de « rencontre » dispose le psychothérapeute-chercheur à apprendre et à comprendre, à la fois soi et l'autre, en assumant comme étant soi-même ce qui est éveillé à l'occasion de l'autre. Il s'agit d'une recherche constante de soi, des autres et de l'humanité tout entière. Ce mode de rapport ontologique est tout aussi valable à instaurer dans des rencontres ponctuelles ou de courte durée que dans des démarches à long terme. Cette position de recherche ontologique qu'est l'interdépendance, cet accueil sans cesse renouvelé du psychothérapeute à tout lui-même, engage un processus d'être et de compréhension du plus spécifique de chacun jusqu'à l'humanité tout entière. En elle-même, cette position inclut tous les espaces et tous les temps. L'ouverture à tout soi-même n'a pas de limites, ni dans l'espace, ni dans le temps, ni dans des projets de guérison ou de changement. C'est un chemin ouvert. Il appartient à chaque personne en démarche de décider de ce qui lui convient. Mais le psychothérapeute-chercheur ontologique, lui, ne

peut cesser cette démarche pour lui-même sans prendre le risque de perdre son lieu de compétence. Comprendre et apprendre l'humain impliquent de co devenir sans cesse. Accéder à l'unicité de chacun et au sens toujours à découvrir de la réalité humaine n'aura jamais de terme. La vie, la mort, l'espace, le temps, l'origine et le sens de la douleur humaine, le corps humain, les institutions, l'horreur et la grandeur de l'humanité sont impliqués dans chaque rencontre. Dans le spécifique de chaque moment passé avec l'autre, les autres, il y a l'humanité tout entière.

7. L'individu, donneur de sens à être

Jusqu'à très récemment, les individus ont toujours été intégrés dans des communautés institutionnelles, celles-ci apportant des réponses à leurs besoins essentiels. Mais, le co devenu humanité s'approfondissant, les modes de connaissance s'affinant, la science s'imposant, il allait de soi qu'un nombre croissant d'individus remette en question les réponses données par les institutions. Ce phénomène récent est déterminant pour le co devenant humanité. Il est cependant plein de risques. D'où émergent ces remises en question individuelles? Comment porter seul toute la douleur du co devenu humanité? Et comment trouver seul des réponses satisfaisantes au fait d'être humain? Les mythologies, les philosophies, les religions et les sagesses donnaient des réponses qui aidaient à porter la vie. Mais réduit à soi-même! Tout porter seul! De là sont nées au siècle dernier les psychothérapies comme nous les connaissons aujourd'hui : il fallait aller à l'intérieur de l'individu pour y trouver ses racines, son

sens, la source de ses difficultés. Depuis Freud, Jung et Reich, la psychothérapie a pris un essor considérable. On compte maintenant de cinq à six cents approches différentes qui se veulent efficaces et scientifiquement fondées! Un certain nombre de psychothérapies portent leur titre avec fierté; elles ont mis l'accent sur le changement et la guérison. Compétence, efficacité, technicité, elles ont calqué le modèle scientifique. Ces psychothérapies sont d'une aide précieuse pour beaucoup d'individus, et c'est tant mieux. Tout ce qui peut aider les humains dans leurs difficultés à vivre compte. Mais le mal n'est pas une simple maladie à guérir, il est inhérent au co devenant humanité. La vie, la mort, l'origine de la douleur humaine sous toutes ses formes sont laissées pour compte dans ces approches psychothérapeutiques. Ces petites institutions avec leurs sens donnés sont au service des individus aux prises avec leur mal de vivre, mais sans vraiment les rencontrer dans la globalité de leur manière d'être au monde. Les grandes institutions offraient somme toutes davantage. Mais il n'y aura pas de retour en arrière : il faut chercher ailleurs. L'espérance que les gens placent dans la psychothérapie comme ouverture de l'humain à lui-même est en général déçue par ces sens trop restreints. Il y a certes des exceptions, mais de façon générale, les psychothérapies s'offrent comme des remèdes impliquant le moins possible le psychothérapeute. De façon très subtile, elles perpétuent ainsi, sous le couvert d'une approche scientifique, le processus d'institutionnalisation que la science elle-même a voulu dénoncer.

Il semble malgré tout possible de faire un pas en avant, d'aller au-delà du modèle institutionnel tout en le reconnaissant comme le berceau même de

l'humanité, comme incontournable, constitutif de soi, mais à être comme soi et non à reproduire. C'est la position prise par la démarche et la recherche ontologiques dans laquelle le psychothérapeute chercheur se met en position de recevoir tout soi-même et l'humanité tout entière; il a à être l'institution comme soi-même et de ce fait, à s'ouvrir à l'interdépendance et à la rencontre comme espace psychothérapeutique.

La psychothérapie devient alors plus qu'une démarche calquée sur la médecine et sur la science, elle englobe toute l'humanité à travers l'unicité de l'individu aux prises avec cette humanité sous la forme de lui-même. Sous cet angle, la psychothérapie ratisse plus large que les religions, les philosophies, les sagesses, et même que la psychologie; elle fait place à l'individu et à l'humanité, au corps et à l'esprit. Les cloisonnements, les dichotomies viennent des ruptures intérieures. Mais l'ouverture à tout soi-même fait découvrir l'unicité de l'humain et de toute la recherche humaine sous toutes ses formes. Peut-être sera-t-il éventuellement possible, en apprivoisant davantage cette position de recherche ontologique, d'ouvrir la psychothérapie à l'ampleur du fait humain; là où la souffrance s'enracine et où elle peut trouver sens dans l'interdépendance et la paradoxalité; là où bien et mal, ambivalence et dichotomies, vie et mort, passent à l'être. À l'intérieur de l'institution, on ne peut tendre qu'au bien, et c'est important. Mais il y a le mal, les méchants. Nous y participons tous. Impossible de s'extirper du mal et de ne pas être en partie avec les méchants dans une fraternité qui a ses fondements à l'intérieur de soi. Tout doit recevoir et donner d'être. Il n'y a qu'un seul co devenant humanité, qui nous constitue chacun à notre manière. L'individu

a à continuer la route au-delà des grandes institutions qui ont porté jusqu'ici l'humanité dans son difficile co devenir. Il est inévitable que l'individu calque d'abord sa recherche sur le modèle institutionnel. C'est déjà beaucoup, mais c'est insuffisant. Il lui faut découvrir que l'institution morcelle la réalité humaine, qu'elle tente de résoudre dans le bien ce qui est dichotomique et ambivalent depuis l'origine. Mal et bien sont inséparables et à recevoir comme tout soi-même. Cet accès à tout l'être est la rencontre dans l'interdépendance, où tout reçoit et donne d'être. La psychothérapie prend alors les dimensions du co devenant humanité. Le co devenu du processus institutionnel qu'est chacun peut révéler toute la grandeur et l'unicité de l'individu ouvrant à l'universel. La recherche ontologique, en intégrant toutes les dimensions de la recherche institutionnelle, découvre de l'intérieur les lois profondes de la réalité humaine. C'est en l'individu prenant le risque de tout lui-même que se fait ce passage de l'institution à l'interdépendance. Il n'y a pas à sortir de l'institution qui nous constitue, mais à la reconnaître et à l'habiter sans cesse davantage. La psychothérapie passe ainsi des sens donnés aux donneurs de sens, dans la position de recherche et de démarche ontologiques que prend le psychothérapeute dans la situation psychothérapeutique.

Conclusion

Cette position est fondamentale pour l'humanité. Elle est posée ici à l'occasion de la psychothérapie, qui est un lieu propice à un tel questionnement sur le problème du mal et du sens à chercher au fait d'être humain, sur l'apport de

la science au devenir humanité et à la recherche de sens de celle-ci. Les humains espèrent beaucoup de l'interrogation des sens donnés à laquelle s'adonne la science, mais cette dernière mène au même cul-de-sac que les institutions si elle laisse intacts les donneurs de sens. Elle apporte beaucoup à l'humanité, mais crée l'illusion de pouvoir éventuellement résoudre les problèmes des humains sans impliquer les donneurs de sens que nous sommes tous, les scientifiques y compris. Les sens donnés par les grandes institutions qui ont marqué les civilisations et les cultures sont alors remplacés par les subjectivités individuelles.

Pourtant l'humanité n'est pas un cul-de-sac. Les sens donnés ont toujours émergé des donneurs de sens et les ont porté dans leur devenir. La science ne fait pas exception. Le chemin parcouru semble aujourd'hui rendre le donneur de sens apte à s'inclure comme sujet de tout lui-même et à accéder ainsi à l'interdépendance, à la rencontre dans la paradoxalité. Le fait d'assumer cette accumulation de tout le co devenant humanité est l'esprit.

Décembre 2008