

PSYCHOLOGIE ET SOCIETE.

Michèle Chahbazian, psychiatre.

La société évolue très vite, nous avons le sentiment d'en subir les conséquences, alors que nous participons intrinsèquement du mouvement. Les individus mus par leur fonctionnement psychologique, sont aussi des électeurs, et les lois sont modifiées par nos élus, soulignant les liens constants avec le politique.

Les déterminants psychologiques sont à mon sens fondamentaux dans cette évolution mais ils restent souvent à l'arrière-plan. La politique est plus volontiers référée à l'économie qu'aux données psychologiques qui ont tendance à rester anecdotiques.

Or l'économie comme tout ce qui touche à l'humain, ne peut être dissociée du psychologique. Lorsque les citoyens ne vont plus voter, nous entendons parler de démotivation. Lorsque la consommation est en berne, les médias évoquent le « moral des ménages ».

Il est difficile de formaliser les composantes psychologiques pour les inclure dans des schémas reproductibles, or c'est le fondement d'un travail scientifique.

Les spécialistes en psychosomatique savent combien cet écueil entrave les recherches.

La subjectivité amène chaque individu à fonctionner d'une façon qui lui est propre.

Nous pouvons faire des remarques fort intéressantes au cas par cas, mais généralisées, elles se révéleront fausses.

Les échelles d'évaluation où nous devons cocher des items nous confrontent typiquement au problème, de même les tests ou les questionnaires préétablis. Il est souvent difficile de désigner une case correspondant vraiment à notre sentiment ou à notre pensée.

Nous nous efforçons alors de choisir entre des propositions plus ou moins vraies. Et nous nous apercevons que notre réponse s'avère plus ou moins fausse. Notre position devient standardisée voire caricaturale. Multiplions-là par le grand nombre, et les particularités sont noyées.

La subjectivité, qui correspond au fait d'être un sujet, ayant des pensées et des ressentis personnels et spécifiques, apporte toujours une subtilité difficile à traduire dans des études randomisées. Ainsi les analyses sont biaisées.

Les conclusions de certaines études scientifiques laissent le lecteur dubitatif. Des observations cliniques fréquentes ne sont pas attestées, d'autres sont de façon très surprenante jugées significatives au sens statistique. L'analyse et les conclusions semblent malléables, au gré du moment, ou du commanditaire de l'enquête.

L'objectivité scientifique est devenue un grand souci, cependant nous oublions vite qu'aucun observateur n'est vraiment neutre, et que dans les sciences humaines notamment, la subjectivité a toujours une grande place. « La mal mesure de l'homme » de S. J. Gould est une belle illustration du problème. Il ne concerne pas que le passé.

Explorons les liens entre la psychologie et les réflexions théoriques dans des registres aussi fondamentaux que la politique et l'évolution sociale. Aujourd'hui comme par le passé la culture a un impact très lourd sur la souffrance.

Ma pratique de psychiatre et de psychothérapeute, me confronte de plus en plus aux problématiques sociales. Qu'il s'agisse de la multiplication des états pathologiques en lien au travail, ou des questions posées par les répercussions des troubles pervers sur la société.

En ces temps délicats quant aux évolutions politiques du monde, il est important de poser ces questions pour élargir notre regard en l'éclairant autrement.

La perversion.

Le terme est souvent employé, mais sa définition est fluctuante. En psychologie certaines approches théoriques renvoient à la notion de structure de la personnalité.

Dans le sujet qui nous occupe je vais choisir d'envisager la perversion sous l'angle du fonctionnement et non pas de la structure, qui a tendance à rigidifier la question.

Si nous considérons la structure, psychotique ou perverse, nous aurons tendance à l'exclure sous prétexte d'anormalité, dans un mouvement de clivage que tout ce travail veut remettre en question. Parler de fonctionnement psychotique ou pervers, nous permettra de l'envisager dans un contexte précis, sans exclure les personnalités concernées comme trop hautement pathologiques pour appartenir à des études générales.

Pour intégrer un maximum de registres il est préférable d'englober la diversité plutôt que d'exclure ce qui la constitue, en orientant trop l'abord des problèmes.

Du point de vue du fonctionnement, il est possible d'inclure un plus grand nombre d'individus, pouvant présenter des fonctionnements pervers coexistant à une personnalité normale. Cet aspect se doit d'être la règle dans une intention d'observation puisque la réalité est toujours dans la complexité. C'est ainsi que lorsque se découvre un comportement pervers parfois grave chez un individu, tout le monde s'étonne alentour : « il semblait normal, on n'aurait jamais cru... ».

Une des fonctions de la perversion (car tout fonctionnement a un usage, comme son nom l'indique) est de permettre à des tendances pathologiques de s'assouvir, sans entraver la globalité du fonctionnement.

Bien souvent de telles dynamiques se sont mises en place à cause de défauts de structuration lors de la construction de la personnalité, donc pendant l'enfance.

Lorsque nous avons affaire aux conséquences de la perversion, nous sommes souvent horrifiés. Certaines études ont même montré qu'une grande partie d'un public qui entend évoquer des histoires incestueuses et violentes, ne retient pas ce qui a été dit. Un évitement spontané se produit lorsque nous sommes confrontés à l'impensable.

Ceci est un mouvement naturel de préservation, pour empêcher ce qui est abominable de nous toucher trop douloureusement.

Or ce mouvement de préservation a aussi bien sûr des inconvénients, puisque comme les sages de la Chine ancienne l'avaient compris il y a fort longtemps, rien n'est totalement bien ou mal, mais chaque chose a une bonne et une mauvaise facette, selon le contexte et selon le lieu et le temps où l'on se place.

Le clivage Bien/Mal est donc impossible à concrétiser de façon fixe dans la vie réelle. Il n'est envisageable que sur un plan théorique ou doctrinal, virtuel en quelque sorte. Virtualité qui fonctionne dans un registre binaire, là où la réalité concrète elle, impose la progressivité, la demi-mesure, et un schéma triangulaire.

La relativité du bon et du mauvais s'illustre partout dans le monde. Telle situation intolérable dans un certain contexte culturel, peut être valorisée dans un autre. Tel événement très négatif dans certaines circonstances, peut s'avérer au bout du compte positif : une grave maladie qui va obliger à renoncer à des vacances, pourra sauver la vie de quelqu'un qui aurait sinon péri dans un accident, une guerre très meurtrière va pouvoir influencer de façon décisive sur l'évolution historique. Ce n'est qu'une illustration possible de l'importance du point de vue et du contexte. Nous verrons au fur et à mesure que cette question de point de vue, de positionnement, et donc d'espace et de temps, puisqu'il s'agit de là où l'on se place à un

moment donné, va être essentielle dans la question de la perversion, qui soulève une autre question cruciale, celle de la limite.

La perversion est souvent évoquée dans un sens de déviance. Par-là, elle renvoie généralement à une norme. Or la norme est un très vaste problème à notre époque actuelle.

Si nous rentrons dans une définition normative, nous ne serons pas très avancés à la fin de la lecture, et je propose de retenir plutôt une définition psychologique.

La perversion renvoie essentiellement au clivage, effet de coupure au sein de la personnalité, qui provoque ou permet, tout dépend du jugement que nous porterons sur l'usage qui en sera fait, d'isoler certaines parties de la personnalité ou du vécu. Ces parts sont constituées de données affectives et intellectuelles, de souvenirs et de ressentis. Tout ce qui nous habite est susceptible de subir ces coupures. Pour notre préservation, ou pour notre malheur.

Le refoulement permet aussi d'enfouir en soi des vécus traumatisants, pour nous protéger de leurs effets toxiques. En psychologie nous considérons que le refoulement, tout en éloignant de la conscience, laisse ouverts des passages inconscients, avec des manifestations symptomatiques lorsque la conflictualité interne est trop importante.

Il y a une gradation dans la distance, comme avec une frontière qui peut s'avérer plus ou moins poreuse.

Tant que l'équilibre d'un individu est préservé, le refoulement n'est pas problématique, il permet au contraire d'articuler nos parts divergentes, en organisant une structuration interne qui permet de garder à la conscience ce qui est en accord avec nos principes, et d'éloigner un peu plus le reste. Ces mécanismes permettent donc d'articuler la richesse de nos différences internes, de vivre notre complexité. Par contre lorsque le refoulement devient trop conflictuel, cela provoque une sorte de bataille intérieure qui pose problème. Des symptômes apparaissent, signes de cette lutte interne : des angoisses, de la souffrance, des phobies, des troubles du comportement.

Ces symptômes, quelle que soit la difficulté à en être porteurs, peuvent ainsi mettre à jour et révéler à la personne son propre déséquilibre, lui permettant donc de le prendre en charge, et de l'améliorer. Parfois le conflit apparaît insoluble et la souffrance se perpétue. Dans certains cas, qui produisent l'évitement du conflit interne, la coupure au sein de la personnalité permet de fonctionner dans un véritable clivage. Il peut-être plus ou moins massif ou isolé, déterminant chaque fois des fonctionnements divers. Parfois, tout se passe comme si plutôt que d'être une personnalité complexe, en volume et en profondeur, nous étions sur le modèle d'une pièce de monnaie, avec un côté pile et un côté face. Ce fonctionnement binaire néglige la réalité de la complexité humaine en réduisant les repères. Nous pourrions penser qu'il s'agit d'une simplification, mais par la réduction qui s'opère ainsi, c'est surtout d'une déformation qu'il s'agit, conduisant à des conclusions abusives, généralement en mauvais accord avec la réalité.

Ce type de fonctionnement lorsqu'il concerne particulièrement l'humeur, se trouve impliqué dans les troubles bipolaires. La personne qui en souffre est tantôt très gaie, heureuse et enthousiaste, ne percevant rien de ce qui peut poser problème, tantôt très sombre et dépressive, ne voyant plus rien qui serait encourageant. Le système est binaire, obligeant à occulter des tas de détails qui constituent pourtant la réalité de la vie. Nous savons que bien entendu, la répartition est variable, il y a toujours des degrés dans le clivage, liés à la profondeur à laquelle il opère, souvent due à la précocité de la mise en place des processus chez l'individu.

Généralement, plus les éléments impliqués dans les clivages sont précoces et puissants, plus les troubles sont graves. Il en est ainsi pour les troubles de l'humeur comme pour les troubles pervers.

Plus une personnalité sera harmonieuse et mature, plus ses différents aspects seront en lien et articulés doucement.

Quand l'articulation est difficile, cela crée une conflictualité plus ou moins intense. L'une des façons d'éviter la conflictualité et la souffrance qui l'accompagne est le clivage. Des formes de coupures s'organisent entre des aspects qui sont par trop divergents, facilitant en quelque sorte leur coexistence au sein d'une seule et même personne. Elles permettent à la personnalité d'économiser l'énergie qui serait nécessaire pour articuler des éléments trop différents, mais comme nous faisons partie d'un système, sur un modèle écologique, l'énergie économisée par l'individu crée de la souffrance ailleurs, généralement en faisant vivre aux personnes avec lesquelles le sujet est en relation les difficultés que l'individu qui est dans le clivage « économise ».

Comme le dit la formule : « rien ne se perd, rien ne se crée, tout se transforme » et ce qui est évité d'un côté est à supporter de l'autre.

C'est ainsi que souvent les consultants du psychiatre se désolent ne n'être pas « capables » de régler leur problème « tout seul », et se sentent dévalorisés par la souffrance qu'ils ont du mal à contenir et le besoin d'aide qu'ils affichent en venant nous voir. Or il se trouve que ceux qui viennent nous consulter sont loin d'être les plus malades.

Bien souvent, ils vivent avec un tyran domestique, relationnent avec un pervers, ou sont victimes de harcèlement par des personnes bien plus dysfonctionnantes qu'eux.

Ces derniers par contre, font peser leur dysfonctionnement sur autrui, et sont ainsi allégés d'une souffrance qu'ils font porter à leur entourage. Nous vivons dans un monde éminemment relationnel, pour le meilleur et pour le pire.

La cohésion environnementale s'impose, ce dont s'accommodent les êtres humains, qui tantôt essaient de régler leur propre problème de façon à trouver un équilibre, tantôt refusent de le faire, et trouvent un moyen de faire peser leur déséquilibre sur autrui.

Il me semble fondamental de retenir combien cette dynamique relationnelle joue entre les individus.

Ainsi tel pervers va violer ou tuer en toute impunité, tel paranoïaque va opprimer affreusement, en ne recevant par ailleurs que des louanges, compte tenu de son efficacité.

Mon propos n'est pas de délimiter des frontières morales entre le bien et le mal, mais de montrer combien ces dynamiques sont une question d'équilibre. Un déséquilibre retentit à l'intérieur d'une personnalité par un certain type de souffrance, ou bien à l'extérieur, chez autrui donc, avec d'autres conséquences.

La perception extérieure des problèmes permet surtout de repérer les effets du déséquilibre, pas forcément le déséquilibre lui-même.

Il est nécessaire d'approfondir la compréhension du fonctionnement individuel et d'avoir une perspective sur l'équilibre global pour tenter d'y remédier.

Les problèmes de harcèlement au travail sont devenus courants, fréquents même. Bien entendu la victime du harcèlement n'est jamais « innocente » au sens où elle est forcément partie prenante du dysfonctionnement relationnel.

Il y a des personnalités à risque dans ce domaine. Généralement le harcèlement opère dans la mesure où l'individu concerné a un excès de culpabilité. La culpabilité, j'en ai déjà traité dans un précédent ouvrage, est un résidu infantile. En effet elle est utile, voire même indispensable, pour une personnalité en cours de construction. C'est grâce à elle que s'instaure le concernement, qui fait qu'un enfant lorsqu'il vient au monde va peu à peu se sentir impliqué dans ce qui se produit autour de lui, concerné par ce qui se passe. Quand l'entourage sera heureux, il le sera aussi, imaginant que c'est grâce à lui qu'on est heureux, mais quand des dommages se produiront et que son entourage sera triste, il imaginera que c'est aussi parce qu'il est incapable de les rendre heureux, ou que c'est à cause de lui.

L'éducation fait usage de cette culpabilité, en expliquant à l'enfant que s'il fait ce qu'on attend de lui, il sera récompensé (c'est bien), et s'il ne le fait pas, il sera puni (c'est mal).

C'est ainsi que l'on parvient à transmettre nos valeurs à nos enfants, à leur proposer un cadre de structuration. Si le sentiment de culpabilité ne fonctionne pas, l'enfant peut très bien ne jamais se sentir concerné par rien, quasi abandonné, sans éléments de repérage pour évoluer dans sa construction.

Mais cette culpabilité devrait se tarir à l'âge adulte, pour se transformer en sentiment de responsabilité, bien mieux en lien avec le temps et l'espace.

En effet la responsabilité implique de bien réfléchir avant d'accomplir un acte, dans le contexte d'espace et de temps de la réalité, alors que la culpabilité s'applique généralement a posteriori, dans une dynamique de l'imaginaire, ne servant plus à l'âge adulte qu'à entraver le processus de changement.

Celui-ci est toujours difficile, et l'imaginaire devrait l'accompagner en créant des conditions favorables. Lorsqu'un sportif s'entraîne pour une épreuve difficile, son coach l'encourage en lui disant que la prochaine fois il va réussir, créant ainsi un contexte imaginaire porteur. S'il faisait l'inverse et le punissait lors des échecs, il ne ferait qu'entraver sa progression. L'imaginaire a cette capacité de projection qui est au fondement de la créativité et peut être extrêmement porteur. Lorsqu'il est négatif comme souvent lorsqu'une personne est en souffrance ou a vécu des traumatismes importants, il constitue surtout une entrave.

Il n'est pas question de lutter contre l'imaginaire. En tant qu'expression du ressenti renvoyant à notre humanité dans sa profondeur et à notre spécificité, il doit absolument être respecté.

Les techniques thérapeutiques qui s'évertuent à le positiver sont ainsi souvent fort délétères. Par contre il faut veiller à ne pas l'alimenter par des problématiques de culpabilité vaines et infantiles, qui ont surtout pour fonction de faciliter la manipulation, comme dans certains groupes religieux par exemple.

Le thymus disparaît à l'âge adulte, n'ayant plus de fonction, il devrait en être de même de la culpabilité. Le processus de maturation étant censé se produire tout au long de la vie, il n'est jamais totalement abouti bien sûr. Donc nous gardons une partie de nos sentiments de culpabilité, car à moins de parvenir à être un bouddha de sagesse, nous n'atteignons jamais la totale maturité, il s'agit d'un mouvement vers lequel nous tendons. Mais comme le thymus dont les résidus ne présentent malheureusement que des inconvénients, dont celui de se cancériser, la destinée de la culpabilité restante n'est plus que délétère.

La maturité devrait la voir se muer en responsabilité, qui fonctionne au présent et conduit à se positionner selon les principes que nous avons acquis, et avec lesquels nous sommes en accord. Encore une fois il serait illusoire d'envisager un processus totalement accompli, mais là aussi le curseur se déplace, et nous pouvons être plus ou moins matures.

Or notre société, quel que soit le « discours officiel », ne favorise pas la maturation.

Soit que nous soyons confrontés trop tôt à des tas de possibilités et de choix qui ne devraient pas être de notre ressort lorsque nous sommes enfants. Soit que nous ayons vécu des traumatismes nous obligeant à être en position mature alors que nous n'en avons pas encore les moyens intérieurs, par manque de maturité physiologique.

Ces éléments qui poussent vers une prise de responsabilité disproportionnée à nos aptitudes, conduisent paradoxalement à un manque de maturité. Un peu comme les enfants soldats peuvent devenir capables d'affronter des choses terribles, qui seraient traumatisantes même pour des adultes, mais n'ont cependant pas accédé à la maturité sur d'autres plans. Un blocage se produit dans la maturation qui fait coexister des fonctionnements très adultes et d'autres très infantiles, sans aucune harmonisation. Une forme de dysharmonie d'évolution qui entrave la bonne maturité. Comme un fruit qui recevrait des grêlons, puis subirait un gros ensoleillement risquerait de mûrir très irrégulièrement. Ces dysharmonies peuvent parfois être contenues moyennant certains clivages, comme évoqué plus haut.

Des obstacles affectifs provoquent souvent ce genre de troubles, mais ils ne sont pas les seuls.

Un élément fondamental de la construction de la personnalité qui mérite d'être approfondi est l'impact de la société dans laquelle nous vivons.

En ce sens, une des entraves à la maturation est d'ordre économique.

Un philosophe, Vincent Cespédes, avait consacré il y a quelques années un ouvrage entier à ce sujet. L'économie capitaliste qui fonctionne à partir de la consommation, a tout intérêt à formater les consommateurs, et à les rendre avides de biens matériels. Pour ce faire, il est bien entendu préférable d'être face à des clients immatures, qui sont tentés par tout ce qui se présente, et qui veulent tous posséder la même chose, qu'à des personnes matures qui elles, réfléchiraient un peu plus avant d'acheter n'importe quoi, seraient susceptibles de mieux supporter la frustration de ne pas posséder le dernier objet à la mode, ou bien seraient plus exigeantes sur la qualité d'un produit.

Ici nous avons un aperçu des conséquences psychologiques d'une évolution politique. Celles-ci ne sont bien entendu pas toujours envisagées au préalable ce qui alimenterait une éventuelle théorie du complot, mais elles accompagnent un mouvement sociétal.

Au-delà de l'économie, d'autres éléments entrent en ligne de compte lorsque nous étudions l'extension de l'immaturation dans notre société.

Nous l'avons vu, la maturité dépend de l'équilibre, et l'équilibre dépend de la maturité. Nous avons là l'exemple d'une boucle d'interaction représentative de la dynamique de la vie, qui repose sur la relation et l'échange.

Or il se trouve que notre société s'affronte de plus en plus à des paradoxes, qui entravent la qualité des équilibres. Le constat en est vite fait sur le plan social, lorsque nous avons en tant que psychiatres de plus en plus à faire dans notre patientèle à certaines catégories professionnelles. Les enseignants, les policiers, les soignants, les travailleurs sociaux sont des populations à haut risque de troubles dépressifs et de conduites suicidaires.

Quand nous y regardons de plus près nous voyons qu'ils sont tous particulièrement pris au piège de thématiques sociales paradoxales.

La société demande aux enseignants d'être sévères mais les parents se plaignent dès que leur enfant est puni, elle demande aux policiers de faire respecter la loi, mais chacun déploie des trésors d'énergie pour échapper aux sanctions. Les soignants eux doivent aider au maximum en dépensant le minimum de temps et d'argent. Les objectifs soumettent au paradoxe.

Ainsi s'exprime le poids de l'immaturation généralisée, qui conduit à vouloir punir plus le voisin qui nous ennuie, mais être préservé quand la sanction nous concerne, comme le ferait un enfant gâté. Le sens du devoir s'effiloche, pendant que la demande de protection s'accroît. Nombre d'analystes tendent à retenir l'impact de l'action de l'« état providence » sur ces attitudes. C'est un discours dont nous pouvons cependant relever la dimension très manipulatrice. Critiquer ainsi l'état providence est un moyen d'encourager un libéralisme de plus en plus grand, sans régler aucun problème. En l'aggravant même, puisque nous avons relevé l'influence croissante de la société de consommation et de l'individualisme sur l'immaturation.

Ces dysfonctionnements me semblent bien plus sûrement attribuables à la perte du lien social et du sens profond de la démocratie. A la réduction en peau de chagrin des éléments structurants pour les individus, ceux qui permettent à la société d'évoluer vers une plus grande maturité. Le respect de la parole engagée, la capacité de positionnement qui impose d'assumer ses points de vue, sont totalement dégradés dans le monde politique, qui reste un modèle particulièrement médiatisé du fonctionnement social.

Le positionnement des politiques assume les mensonges, l'absence de cohérence, les revirements, les tautologies, qui imposent l'utilisation élargie du clivage. On se débrouille pour oublier très vite ce qui a été dit la veille, pour détourner le sens des propos, pour faire coexister les situations paradoxales.

Tout cela exige de grandes capacités de manipulation et pas mal de finesse et d'intelligence, mais témoigne néanmoins d'un fonctionnement pervers, quasiment assumé.

Cette perversion et ses conséquences nourrissent la société, au grand dam de ceux qui souhaitent rester en position humaniste.

Dans le personnel soignant, les démarches qualités, les soucis éthiques et de réduction des coûts, conduisent vers des problématiques paradoxales.

Devoir faire des économies tout en préservant les bénéfices énormes des grosses entreprises impose bien entendu de tenir un discours paradoxal, très peu soucieux de préserver un quelconque équilibre. Ici aussi la perversion du mouvement conduit à l'aggravation des difficultés.

Le discours tenu encourage un individualisme croissant, alors qu'en réalité les individus ne sont plus du tout pris en compte dans leur subjectivité.

Emporté dans un mouvement général chacun a le sentiment de ne plus avoir de mot à dire.

La parole, de plus en plus ouverte en apparence, a cependant de moins en moins valeur de communication, d'échange réel entre les individus. La parole entendue a un sens ou une fonction mais si elle « tombe dans l'oreille d'un sourd » elle les perd. De cette façon de nombreux citoyens ne prennent même plus la peine d'aller voter, ayant le sentiment que leur parole n'est pas entendue, qu'elle reste lettre morte. Le résultat de cet état de fait est malheureusement une démotivation de la plupart des personnes à s'exprimer et à assumer leur positionnement. Nous voyons la dynamique vaine qui s'initie et tourne à vide.

La société, compte tenu des perversions induites par de tels mécanismes, en vient à encourager les individus à se taire plutôt que dénoncer des injustices, pour se préserver en évitant les problèmes, ne cherchant plus que le meilleur moyen individualiste de tirer leur épingle du jeu.

Ce travers est extrêmement néfaste, détruisant de plus en plus le lien social, déjà bien fragile.

Un cercle vicieux s'instaure, qui encourage à ne pas réagir en tant qu'individu et à se masquer derrière la foule, pour tirer profit des avantages et éviter les inconvénients.

C'est un réflexe de survie, mais extrêmement délétère. Les positions de pouvoir seront favorisées par des conduites d'obéissance à des modes de fonctionnement pervers, piégeant ainsi des responsables dans des dynamiques vicieuses dont ils seront otages.

Face à cette attitude d'adaptation passive nous trouvons de plus en plus le comportement strictement inverse qui n'est pas forcément meilleur, de révolte et de passage à l'acte violent, dont la société fait aussi hélas les frais.

Nous voyons comment le cercle vicieux risque d'aboutir à l'enfermement total et à la ruine de la démocratie.

Il me semble urgent de prendre la mesure de ce risque, en s'indignant comme l'a fait Stéphane Hessel. S'indigner pour qu'une réaction s'exprime et soit entendue, en vue de rompre le cercle vicieux et la perte de sens.

Au niveau social et dans le monde du travail notamment nous voyons se multiplier les problématiques de harcèlement, quasi inexistantes il y a une vingtaine d'années.

Si nous approfondissons les arguments pouvant expliquer cette inflation, nous serons amenés à remettre en question les techniques de management. Regardons-y de plus près.

Dans ce domaine, dans un but commercial et de meilleure rentabilité gestionnaire, nous voyons se développer des méthodes particulières.

Pour convaincre quelqu'un d'acheter quelque chose dont il n'a pas besoin, il faut exalter des sentiments comme l'envie, le goût du pouvoir, l'importance de l'apparence et de la performance, tous sentiments qui chacun sait sont fort éloignés de la sagesse.

Pour entraîner un employé à être plus productif, il faut l'encourager à ne pas s'écouter, à ne pas se poser de limites, à faire toujours plus et toujours mieux, en lui suggérant donc que ce qu'il fait est insuffisant, ou qu'il le fait mal, ou inefficacement.

Cette attitude éducative négative va accentuer culpabilité et perte de confiance en soi.

Ce genre d'attitude est destructeur et contreproductif à longue échéance.

Mais le long terme ne semble pas être une préoccupation centrale.

C'est la question qui est posée par nombre d'écologistes, et de tenants de la décroissance.

Nous pouvons chercher des hypothèses pour expliquer cette façon de n'envisager que le court terme.

La temporalité se modifie, et nous sommes dans une période d'accélération.

Tout va très vite, de la communication aux moyens de transport, en passant par toutes sortes d'activités quotidiennes. Il faut aller vite, agir vite, courir vite, manger vite.

Le « fast-food » est un stéréotype de notre époque. L'hyperactivité est aussi un syndrome de plus en plus répandu, témoignant d'une dissonance dans notre rapport au temps.

Cette vitesse de déroulement de la vie nous déséquilibre puisqu'elle exigerait des fondements plus solides, une plus grande sagesse, plus de recul, une meilleure intégration et un plus grand investissement de notre profondeur, or c'est la superficialité qui règne.

La préoccupation est surtout d'aller vite, et ce peut être une explication « innocente » de l'objectif de court terme.

Pour ma part je serais tentée de pencher vers une hypothèse plus inquiétante. Compte tenu de la mondialisation des grandes entreprises, nous pourrions imaginer que dans les anciens pays « dominants » n'ayant plus beaucoup de perspectives, l'économie conduirait peu à peu à une autodestruction en produisant un maximum dans un minimum de temps, au détriment du tissu économique et social qui s'y trouve et donc au mépris de l'avenir.

Un peu comme les jardiniers voient fleurir abondamment un arbre juste avant sa mort.

Cela expliquerait l'absence totale de préoccupation à long terme dans nombre d'entreprises, quasiment prêtes à se saboter, en persécutant par exemple leur personnel ancien et bien formé, préférant le mettre au placard, et laisser se perdre ses compétences, au profit de jeunes gens malléables et agressifs, prêts à œuvrer pour une rentabilité immédiate sans préoccupations plus lointaines. Un peu comme un citron que l'on presse, avant de le jeter.

Le « jetable » à usage unique, aurait ainsi contaminé l'humain. Nous sommes là dans des projections redoutables dignes de scénarios de science-fiction, que je préfère ne pas retenir, mais auxquels je pense quotidiennement, devant mes nombreux patients souffrant de pathologie liée au monde du travail. L'attitude qu'ils subissent semble n'avoir aucune raison rationnelle autre que l'exclusion et les enjeux de pouvoir.

Dans les histoires de harcèlement, tout se passe selon un schéma simple. Un supérieur hiérarchique aguerri aux méthodes de management, décide d'« éliminer » un membre du personnel, souvent proche de l'âge de la retraite donc financièrement coûteux pour l'entreprise (retraite anticipée, maladie, ou chômage de longue durée eux seront du ressort de l'Etat), ou peu malléable du fait de ses convictions, ou encore menaçant hiérarchiquement du fait de ses compétences. De plus en plus apparaissent dans les motivations de simples rivalités narcissiques totalement infantiles.

Il commence généralement par le complimenter pour lui demander des efforts ou des résultats particuliers. Nous savons depuis bien avant La Fontaine l'usage orienté qui peut être fait des compliments. Si je m'appesantis sur la question c'est aussi parce qu'elle illustre comment la dimension relationnelle, que je considère essentielle et centrale dans la vie, y est pervertie. C'est à dire qu'un semblant de relation est instauré, qui va permettre d'avoir un impact sur l'autre, et le manœuvrer. Les affects ici, lorsqu'ils sont impliqués, vont desservir celui qui les ressentira authentiquement, encourageant donc soit leur neutralisation, soit leur évitement.

Il est terrible de constater dans ce mouvement déstructurant de la société, que là où la dynamique relationnelle devrait fonder un équilibre, elle est employée au contraire à des fins de pouvoir et de destruction. Pervertie donc, en une forme de ruse, tel le cheval de Troie, selon un modèle qui encore une fois, n'est pas nouveau. Ces fonctionnements ne font qu'accroître la spirale de méfiance et de sentiments de persécution qui entravent fortement une société en la déstructurant de plus en plus.

La confiance affichée dans un premier temps permettra à l'employé de se sentir investi, de vouloir faire de son mieux, ravivant une position infantile, comme un enfant soucieux de bien faire pour satisfaire un parent afin d'obtenir sa reconnaissance. Souvent les victimes, ont une problématique de légitimité avec un manque de la notion de leur valeur profonde. Ils auront soit manqué de reconnaissance pendant l'enfance, soit se seront construits selon un conformisme les faisant associer valeur et efficacité. Ce genre de situation est fréquente, de personnes apparemment sûres d'elle, qui au fond ne croient pas en leur valeur propre, mais s'accrochent à la nécessité de « bien faire » pour être « bien considéré », dans une assimilation infantile du faire et de l'être, qu'encourage volontiers notre société. Or à y regarder de plus près, il est évident que la productivité et l'efficacité d'un individu sont bien loin de sa valeur en tant que personne, de ce qu'il vaut humainement. Mais l'atmosphère ambiante a tendance à le faire oublier et certains discours médiatisés l'illustrent bien, à l'exemple de la « Rolex » de J.Seguella.

Une fois la relation et la confiance établies, la pression est accentuée, l'exigence ne se pose aucune limite, et se mêle même de demandes paradoxales donc impossibles à satisfaire. La pression s'accroît, alourdie de reproches, et le cercle vicieux est enclenché.

L'employé cherche à bien faire, or bien faire serait faire toujours mieux, donc sans limite, ce qui est impossible puisque l'humain de par son corps a des limites de temps et d'espace. Toute son énergie tend donc à satisfaire, or même lorsqu'il fait plus que le maximum, c'est l'insatisfaction qu'on lui oppose. Renoncer permettrait de soulager la pression.

Mais s'il s'agit de quelqu'un de particulièrement scrupuleux, lorsqu'il n'est pas satisfaisant, il renonce aussi à ses principes fondamentaux, qui impliquent d'être satisfaisant, ce qui lui est intolérable.

D'un côté comme de l'autre, la situation est impossible, il se trouve coincé, et c'est l'impasse de la dépression, du suicide ou de la maladie grave. Le « burn out » comme il est commun de le nommer lorsqu'on le repère en lien à la pression professionnelle.

Le travail du thérapeute lorsqu'il vient consulter consiste à l'aider à retrouver sa valeur propre, hors de ces critères de performance. C'est un travail parfois ardu.

Il est crucial cependant que le patient saisisse à quel point il a été pris dans un schéma relationnel en forme d'impasse, indépendant de sa personne propre, et imposé par la mise en place d'une situation quasi expérimentale de la part du manipulateur harceleur, qui tantôt a conscience de ce qu'il fait, et tantôt le fait spontanément sans calcul préalable, tout dépend de son degré de perversion. En effet des expérimentations qui mènent à l'épuisement sont utilisées en laboratoire avec des animaux, afin de pouvoir tester les médicaments antidépresseurs. L'épuisement par des contraintes paradoxales est un dispositif expérimental dépressogène.

Repérer comment les choses se jouent systématiquement de la même manière quel que soit l'individu concerné peut apporter un soulagement et un relâchement de la pression subie, en allégeant la culpabilité. Bien souvent c'est elle qui constitue le moteur de la dynamique.

En tant qu'observateur privilégié de ce type de problématiques, je repère grossièrement deux catégories de personnes de part et d'autre d'un équilibre « idéal » qui serait le plus proche de la maturité.

Celles dont l'immaturation s'exprime par un excès de culpabilité, des préoccupations humanistes idéalisées, le goût de bien faire, un fonctionnement scrupuleux, un manque de confiance en soi, une tendance à la remise en question, qui viennent généralement consulter.

Et celles dont l'immaturation s'exprime par un centrage sur soi, l'absence d'empathie, le goût du pouvoir et de la possession. Comme les enfants font tout pour posséder un objet puis s'empressent de le jeter pour en choisir un autre, puis s'y intéressent à nouveau, allant parfois jusqu'à préférer le détruire plutôt qu'un autre en jouisse. Dans ce type de fonctionnement la remise en question n'est pas de mise.

Tout se passe comme si l'immaturation conduisait dans ce cas, à éviter le sentiment de culpabilité, en le projetant sur l'extérieur et les autres. Entre ces deux catégories de fonctionnements immatures, la société opère hélas une sélection assez toxique.

Ceux qui sont plutôt dans la remise en question seront chez les thérapeutes, en arrêt de travail, ou licenciés et en perte de statut et de lien.

Les autres vont souvent se retrouver en position de pouvoir, encouragés à persévérer dans leur attitude, risquant d'étendre et promouvoir leur mode de fonctionnement.

Ce problème doit nous alerter et une prise de conscience du risque encouru est nécessaire.

Pour une évolution sociale plus favorable, il serait souhaitable que ceux qui se trouvent en position humaniste se regroupent et évitent l'isolement, afin d'agir sur le plan associatif ou même politique. Rester en position de victime serait en effet continuer à rester passif, subir et n'avoir aucune action sur le mouvement social, avec les risques afférents.

Si cette prise de conscience tarde trop, nous risquons de traverser une phase de désocialisation et de perte de démocratie, qui risque d'être d'autant plus longue que nos moyens technologiques seront obligatoirement au service des plus puissants.

Si, concernant les mécanismes économiques il est parfois difficile comme simple citoyen de se prononcer de façon pertinente, il est de notre devoir d'humains de nous questionner à propos de notre propre fonctionnement.

La société est faite d'individus qui participent chacun à la constituer.

Les questions psychologiques ne devraient pas rester l'apanage de spécialistes, mais se poser pour chacun d'entre nous.

Elargir la compréhension de ce qui se produit en nous, des mécanismes qui opèrent au niveau individuel, doit nous aider à mieux comprendre la globalité des interactions.

L'influence de l'organisation interne.

Lorsque nous considérons le monde, nous manquons de modèles théoriques adéquats.

Certaines références sont utilisées pour expliquer le fonctionnement intrapsychique, comme celles de la psychanalyse notamment, mais nous ne pouvons pas nous en contenter pour une approche plus globale car elles négligent beaucoup trop certaines notions fondamentales.

L'importance de l'espace dans notre conception du monde est notamment à retravailler.

La pensée occidentale se situe dans un espace plan, sur le modèle du livre et de l'écriture.

Cet effet d'« aplatissement » fausse grandement la compréhension du monde, qui lui, se constitue avec une profondeur dans un espace complexe.

Dans certaines cultures comme chez les Aborigènes d'Australie, il semblerait que les repères soient différents, dans la mesure où ils n'utilisent ni l'écriture, ni notre science moderne, mais l'espace du rêve pour structurer leur pensée.

Leur monde reste ainsi empreint d'une circularité très écologique qui encourage un rapport d'appartenance au monde. L'humain en est une part constituante, s'y articulant du mieux possible en respectant la nature plutôt qu'en cherchant à la soumettre et à la dominer.

Ce fonctionnement réduit au maximum son impact sur le monde, avec une civilisation qui semble-t-il n'a quasiment pas évolué depuis des millénaires, en préservant son milieu naturel particulièrement hostile mais cependant indispensable à sa survie. La contrepartie de cette préservation réside dans l'absence totale du progrès matériel. La civilisation occidentale à l'inverse a acquis un grand pouvoir grâce à une dynamique d'exploitation des ressources.

Bien entendu cette avancée s'est produite au détriment de l'équilibre.

Je ne tiens pas ici à avoir une position critique sur l'une ou l'autre de ces évolutions extrêmes, mais à souligner comment le fonctionnement d'une société l'influence, par l'intermédiaire de données que nous pouvons rapprocher de la psychologie, puisqu'il s'agit de la structuration de la pensée. Certains sinologues évoquant les idéogrammes chinois font remarquer que ce sont des signes qui ont un sens, faisant ainsi fonctionner une autre partie du cerveau que l'alphabet. Ces remarques illustrent l'importance des interactions entre le social, le culturel, le psychologique, l'économique et le politique. Ceux-ci doivent être envisagés selon une perspective élargie car ils dépendent tant des modes de pensée que du rapport aux affects. Notre compréhension du monde passe par des intermédiaires symboliques, nécessaires à toute élaboration interne, et par le corps qui nous confronte directement à l'extérieur. C'est le corps qui médiatise notre rapport au monde.

Les données symboliques sur lesquelles nous nous étayons tous, sont obligatoirement sous-tendues par un système de croyance.

Nous le réalisons fort bien lorsque nous étudions des civilisations étrangères, nous l'oublions lorsque nous sommes dans nos références propres que nous taxons alors de réalistes.

C'est ainsi que chaque civilisation croit absolument en la réalité de son système symbolique, et que certains chez nous sont convaincus que les chiffres ne sont pas des symboles.

Or, même si ces symboles peuvent être caractérisés de particulièrement « purs » car très proches d'une réalité objectivée par les sciences physiques notamment, il s'agit néanmoins toujours de la dimension symbolique de représentation de la réalité.

La connaissance est forcément entachée de croyance, car référencée à des fondements théoriques, dont nous soutenons la réalité en fonction de notre degré d'adhésion.

Les critères de scientificité de Popper vont dans ce sens, déterminant à quel point, plus l'adhésion à la croyance est forte, moins la position est scientifique.

L'absence de doute confinant à la position paranoïaque où l'on se satisfait totalement de l'évidence, sans dérogation possible, où donc nous sommes dans un système clos sur lui-même, qui laisse croire que nous avons accès à une totalité.

La question de l'espace interroge depuis longtemps, et se rapproche de la notion d'étendue des philosophes. Pour moi elle doit être ramenée au corps.

Lorsque nous raisonnons, nous sommes dans la pensée, que nous avons du mal, compte tenu de la linéarité de la pensée occidentale, à considérer en perspective. Celle-ci permettrait de rajouter des dimensions de profondeur que nous ne prenons pas assez en considération.

La profondeur différencie des plans, comme il y en a une infinité dans la réalité concrète. Ces plans peuvent se distinguer dans l'espace mais aussi dans le temps, et nous aident à avoir des repères. Le présent, l'actuel donc, est ainsi plus proche de la réalité que le passé ou le futur, parce qu'il est vécu dans l'immédiat du corps, qu'il ne faudrait pas pour autant ne réduire qu'à sa surface, à ce qui en est perceptible a priori.

C'est ici qu'interviennent la pensée, l'imaginaire et les affects. Le présent du corps, sorte de point de capiton, pour utiliser un terme qui n'est pas de mon approche théorique mais cependant très explicite, doit constituer un repère afin que la pensée, aisément généralisable et globalisante ne se rigidifie dans la croyance. Je pense dans mon corps, et c'est là aussi que je théorise. Je vais pouvoir partager avec autrui, et ma théorisation va me rapprocher de l'autre.

Mais la théorie elle-même n'est nulle part. Elle n'existe pas en tant que telle. Si je veux la faire exister, je vais inventer un monde, auquel je vais décider d'adhérer. Je vais être dans la croyance.

Le temps aussi peut apparaître comme une abstraction.

Le temps est une donnée fondamentale qui nous confronte à la réalité de son déroulement, incontournable, mais dont la matérialité pose problème. Il nous oppose l'exigence de son intégration dans tous nos modèles de pensée, ce qui n'est pas facile. Ainsi se met en place une des difficultés les plus grandes chez l'humain raisonnant, celle d'intégrer la mobilité permanente de tous nos schémas. La réalité est mobile, puisque le temps passe sans cesse. Le mouvement est permanent. Or nos repères théoriques eux, tentent de rester stables pour nous permettre de raisonner et donc permettre à notre pensée telle que nous l'avons structurée, de fonctionner.

Comment avoir des repères fixes dans une mobilité incessante ? Et comment par-là, ne pas figer la réalité et ainsi la travestir, en faussant notre perspective sur le monde ?

Le corps peut nous aider au mieux dans ce projet. Il est notre principal repère fixe, et nous devrions moins le négliger dans nos élaborations théoriques.

J'ai évoqué la question dans un ouvrage antérieur, et c'est le sujet de mes recherches cliniques en psychosomatique. La philosophie du corps est en plein débat, certains ouvrages récents en traitent, comme « Penser en corps » dirigé par Barbara Formis.

Déterminer une perspective, utile à la compréhension du monde, exige des repères. Ils vont permettre de différencier les plans, pour éviter les amalgames.

Le corps différencie aisément l'intérieur et l'extérieur de l'individu qui pense. Or la pensée théorisée opère une sorte d'amalgame entre intérieur et extérieur, puisque nous sommes amenés pour progresser dans nos élaborations à avoir une pensée commune entre des individus divers.

Si la distinction spatiale n'est pas posée, avec des repères de différenciation entre un individu et un autre, l'amalgame spontanément opéré et cependant occulté, peut être à l'origine de confusions terribles.

C'est ainsi que se mettent en place des conflits insolubles entre diverses personnes, ou diverses catégories de personnes.

Si nous voulons relier les pensées en les superposant, et en les ramenant à l'identique, nous excluons la dimension spatiale, et nous faussons ainsi la réalité de la différence imposée par les limites du corps.

La pensée est à l'intérieur de l'individu, et les pensées de chaque individu sont différentes. Le fonctionnement social nous permet d'établir des liens entre les diverses pensées, et des points communs existent entre les différentes pensées qui sont à l'origine du fonctionnement social.

Ici encore apparaît une circularité, témoin de la causalité circulaire mise en avant par Sami-Ali dans ses travaux de psychosomatique. Une circulation entre les diverses pensées des divers individus est possible et même nécessaire, qui passe par la communication, mais il est important de ne pas les assimiler les unes aux autres, en une pensée commune qui existerait dans la réalité, sous prétexte qu'il y a des points communs : cela conduirait en effet vers une impasse relationnelle.

La difficulté à repérer, accepter et articuler les différences entre les individus initie la plupart des problèmes relationnels. Pourtant si nous nous référons à l'espace, où chacun est positionné différemment compte tenu du fait qu'il a un corps qui délimite un espace propre, différent du corps de l'autre, la différence devient plus qu'acceptable, évidente.

Réintroduire les dimensions d'espace et de temps dans la pensée peut ainsi permettre d'améliorer les difficultés relationnelles.

La dimension de l'espace.

La perspective que nous sommes censés réintroduire dans la pensée, exige donc le repérage de plans différenciés, dans le temps et dans l'espace, ce qui sera possible si nous nous référons au corps. Le corps permet de se positionner dans le présent, et de différencier l'intérieur de l'extérieur, soi et autrui. Il apporte des repères spatiaux.

C'est en apprenant à différencier la droite de la gauche, le haut du bas et le dedans du dehors, que la structuration de la pensée et de la personnalité sont possibles.

Le corps est notre schéma de représentation.

La peau avec tout ce qu'elle autorise de sensations et de communication avec l'extérieur préserve néanmoins l'intégrité de l'individu, qui n'est pas entamé au moindre souffle d'air, à la moindre goutte de pluie. Anzi en traitant du « Moi peau », ouvrait déjà vers cette approche psychosomatique, et ce n'est pas un hasard s'il a beaucoup facilité l'édition des ouvrages de Sami-Ali.

Cette peau constitue la délimitation d'un espace propre et garantit son intégrité, sans toutefois entraver les échanges, bien au contraire. Cette dynamique d'articulation dedans/dehors, ce lieu d'échange privilégié, se retrouve également au niveau pulmonaire, et nous pouvons noter combien les systèmes cutanés et respiratoires sont particulièrement atteints de ce que notre médecine considère comme la pathologie psychosomatique. Mais si la peau est un excellent modèle de l'articulation possible entre dedans et dehors, dans le sens où nous devons exister face à autrui, et préserver notre intégrité, tout en étant dans le contact et l'échange, il ne faut pas négliger pour autant notre profondeur.

Certains organes intérieurs peuvent présenter des dysfonctionnements, qui pourront mettre du temps à se manifester, et dont nous aurons parfois du mal à comprendre précisément l'origine. Ici aussi le modèle corporel est utile, car sur le plan psychique et affectif, la dynamique est comparable.

Certaines choses qui nous ont touchées il y a longtemps, certains fonctionnements que nous avons mis en place à la faveur d'attitudes adaptatives à des vécus spécifiques, restent à l'intérieur de nous, et pourront se révéler dans un certain contexte.

Analyser alors le trouble apparu en fonction des difficultés immédiatement perceptibles et du contexte actuel, en négligeant ce fait de la profondeur avec ce qu'elle implique de complexité et d'interactions non évidentes, conduit à des erreurs grossières.

Ce biais d'analyse n'est pas à négliger, et nous allons nous y attarder.

Si les niveaux de différenciation dans la profondeur du corps s'envisagent assez aisément quand nous pensons aux organes internes, aux microstructures qui les constituent et à l'infiniment petit à échelle moléculaire par exemple, ils sont très difficiles à conceptualiser dans le domaine immatériel, psychologique notamment. Pour formaliser l'immatériel nous avons surtout la pensée, et les problèmes du binaire et du linéaire se posent à nouveau.

L'élaboration et la transmission des pensées se fait surtout grâce à l'écriture, sur un plan donc, et encourage une causalité linéaire, en grande partie impliquée dans les progrès scientifiques de notre époque.

Pour transcender cette platitude nous n'avons que les concepts et il est difficile à la pensée hormis celle de rares génies, d'accéder à la complexité de tous les plans situés dans notre profondeur.

Si nous nous référons au corps comme modèle d'organisation, corps qui est indissociable de la pensée et de l'humanité, nous pouvons y réfléchir en restant dans un schéma compréhensible.

Et pour rajouter la donnée temporelle, nous pouvons comme le pose la phénoménologie dire que ce qui est immédiatement perceptible s'envisage surtout au présent, le présent du corps

donc. Mais comment en ce qui concerne la pensée et les affects qui en sont toujours l'arrière-plan, envisager des différenciations spatiales ?

La surface est assez aisément distincte du fond. L'intérieur aussi peut s'envisager selon des plans communicants mais différenciés, que nous ne pourrions ni absolument superposer, ni strictement séparer.

Nombreux sont les décalages internes assez clairement conceptualisables: entre le réel et le symbolique, entre des éléments conscients et des éléments inconscients, entre l'objet et sa représentation, ou entre l'objet et sa perception.

Ces distinctions posent des différences, qui de fait excluent la possibilité d'une superposition pure et simple.

Ainsi les idéaux sont-ils dans des plans irrémédiablement distincts de la réalité. Cela impose la nécessité d'une articulation, qui cependant ne s'opère pas simplement.

L'idéal semble pur et simple, là où la réalité est toujours complexe, « encombrée » semble-t-il à notre esprit, d'éléments superflus. Ceux-ci sont pourtant l'estampille du réel, qui par opposition à l'idéal n'est « jamais parfait ». Cette impossibilité de la perfection dans le réel, renvoie à l'absence de limite absolue, à l'infinitude du monde tel que nous y avons accès.

Puisqu'il peut toujours y avoir mieux, la perfection ne peut pas être envisagée dans sa réalité. Elle ne peut être qu'une virtualité vers laquelle tendre.

Conséquence de notre finitude humaine, que selon nos fondements théoriques nous pouvons ramener à la question de la castration, ou au fait d'avoir un corps, délimité dans l'espace par notre peau, et dans le temps par notre durée de vie.

Cette réalité de la condition humaine est animée par tout un monde immatériel, imaginaire et symbolique, qui doit s'y articuler au mieux.

Pour ce faire nous avons besoin de bien repérer la différence entre réel, symbolique et imaginaire, tout en sachant qu'ils sont intriqués tant que dure la vie. La représentation du nœud borroméen de Lacan y renvoie. Ils sont sur des plans différenciés, qui n'empêchent pas l'orientation mais interdisent la superposition pure et simple. Pour mieux appréhender cet état de fait, il nous faut approfondir la notion des limites.

Les limites.

Voilà un sujet que j'ai évoqué à plusieurs reprises et qu'il nous faut explorer plus avant. Le mouvement d'exploration est un moteur pour l'humain, qui nous pousse toujours à dépasser nos limites. Celles-ci, comme le temps, restent immatérielles, mais nous ne pouvons remettre en cause ni leur existence, ni leur réalité.

Le corps notamment nous pose des limites évidentes, que beaucoup cherchent à repousser, en raison des frustrations qu'elles nous imposent. Mais le corps présente l'avantage incontestable, outre le fait de nous relier fondamentalement au monde, de nous donner un sentiment de permanence dans ce mouvement perpétuel qu'est la vie.

Nous nous endormons le soir, et le matin au réveil notre corps est encore là, identique à lui-même et témoin fidèle de notre identité.

A la rigidité des limites incontournables qu'il nous impose, le corps allie donc la sécurité de la permanence. C'est lui qui nous permet d'être soi et de le rester jusqu'au dernier jour.

La matérialité du corps qui lui donne une certaine pérennité, freine cependant aussi nos élans imaginaires. La réalité nous confronte aux difficultés de la vie, alors que l'imaginaire nous propose des solutions pour les dépasser. Ainsi nous pouvons avoir le sentiment que « les choses pourraient être tellement plus simples, si ».

N'était la complexité de la vie, effectivement, elle pourrait être simple.

Le conditionnel nous permet de la simplifier en nous projetant dans un virtuel théorique.

L'hypothétique permet la réalisation de tous les rêves, nonobstant le fait que dans l'hypothétique le corps n'existe pas, et que donc nous n'existons pas non plus.

L'hypothétique oublie le temps et néglige la matière.

Nous touchons là une particularité de notre système de pensée : sa tendance à exclure le temps. Il n'est qu'à considérer notre difficulté à mettre en adéquation notre âge réel et nos perceptions internes à cet égard pour nous en convaincre.

Si construire sa vie permet d'avancer, les réalisations concrètes imposent le plus souvent des restrictions à nos rêves. Lorsque nous concrétisons les choses en les accomplissant, le temps se fige un instant, puis il y a une frustration qui apparaît car elles ne sont pas exactement comme on les rêvait. Cela renvoie à la question du manque, qui est aussi un effet du décalage entre rêve et réalité. Si le rêve peut être parfait, sa concrétisation qui fait intervenir le corps et la matière ne peut jamais l'être. Ainsi apparaît la frustration qu'impose le réel, parce qu'il échappe indéfiniment, du fait même de la vie.

Cette problématique est celle qui rend fous ceux qui voudraient s'en affranchir, celle que cherchent à transcender les artistes dans leurs créations, celle qui nourrit l'inspiration des poètes.

Dans ce domaine aussi la société a un rôle fondamental à jouer. Ses limites sont celles que nous décidons de poser en commun, ce qui nécessite une communion, un accord, et du lien social donc.

De nos jours, dans un mouvement assez infantile, nous voulons outrepasser les limites, ou nous refusons d'en poser, comme par pur principe.

Or le refus des limites mène à la désocialisation.

Quand nous nous soucions de liberté comme dans nos sociétés démocratiques, il y a une méfiance devant la notion de limite qui est souvent connotée comme un obstacle.

La limite renvoie très vite à une norme qui risque de formater et ainsi nuire à la subjectivité.

Or paradoxalement si le souci de la norme peut très vite renvoyer au conformisme, l'absence de limites peut noyer totalement la subjectivité. La limite donne un cadre et apporte une structuration qui va permettre un positionnement concret, une réalisation. Comme les œuvres d'art exigent un support pour être réalisées. Sans actions concrètes il ne peut y avoir d'efficience à la subjectivité.

Si les limites sont difficiles à tolérer, vécues essentiellement comme des entraves, c'est aussi à mon sens à cause de la négligence de la dimension temporelle. Nous tentons d'oublier le temps, nier le vieillissement, ignorer la mort, plutôt que de mieux les intégrer à notre vie.

C'est bien le passage du temps qui est à l'origine de l'instauration des rites, or notre société les refuse ou les dévitalise. Les seuls rituels qui persistent sont ceux qui gardent un intérêt économique, en poussant par exemple à la consommation pour telle ou telle fête, mais ils sont vidés de tout sens profond.

Réintroduire l'importance de la temporalité, est sans doute une façon de mieux vivre la question des limites, d'accepter plus volontiers de s'en poser.

En effet nous pouvons nous poser des limites qui correspondent à notre actualité, sans pour autant considérer qu'elles ne devront jamais être révisées.

Au contraire, elles peuvent l'être chaque fois que de nouvelles notions apparaissent, chaque fois que des expériences nous font avancer, dans un mouvement d'adaptation au temps et aux autres.

En tenant compte bien sûr d'une perspective un peu élargie et à condition de ne pas rester dans l'enfermement où nous confinerait la peur, le mépris et la méconnaissance du monde extérieur et de notre monde intérieur. Encore une fois le corps est une excellente illustration de la limite comme contenant et structurante.

La question de la limite est particulièrement soulevée dans le domaine de l'intentionnalité.

Sujet essentiel que pourtant nous avons beaucoup de mal à aborder. Comme psychiatre d'abord je suis souvent confrontée à des individus qui agissent dans un sens qui ne leur convient pas et ne peuvent pas s'en empêcher. Ils vivent très mal qu'ils agissent en eux des éléments inconscients dont ils ne comprennent pas les tenants et aboutissants. C'est le problème de la maîtrise, qui peut être très utile comme très nuisible, tout dépendra du contexte et du degré de liberté dans son application.

Quand on se pose la question, une psychothérapie peut aider à comprendre ce qui se produit en soi menant à un comportement inopportun.

L'objectif de ce cheminement d'analyse est de gagner en liberté d'action : des choix se feront en meilleure connaissance de cause. Prendre clairement conscience de ce qui en soi échappe à notre volonté est désagréable.

Parfois l'expression de « volonté inconsciente » est employée, formule paradoxale qui alimente les problématiques de culpabilité. La volonté est un exercice de la conscience, et lorsque des motifs inconscients agissent, ils vont dans un sens opposé à la volonté, ce qui nous fait les considérer comme des symptômes problématiques contre lesquels nous luttons. Pourquoi cette confusion autour de l'intentionnalité ?

Si notre main est généralement mue par l'action de la volonté, nous concevons volontiers que des tremblements involontaires l'agitent. Quand nous présentons un trouble du rythme cardiaque, nous ne pensons pas un instant qu'il pourrait se soumettre à notre volonté.

Accepter que le corporel échappe à notre volonté est plus facile que renoncer à l'intentionnalité d'une part mentale de soi.

Le problème réside encore autour de la notion de limite. Concernant le mental la distinction est très difficile à faire entre ce qui appartient à la volonté et ce qui lui échappe. La limite est floue, pourtant la question est parfois fondamentale, notamment dans les problèmes d'attribution de responsabilité, donc en matière pénale.

L'intentionnalité interroge le lien entre la volonté et l'agissement. Plus nous serons dans une perspective ouverte et une connaissance élargie des données impliquées, mieux nous serons à même d'évaluer son degré. C'est ainsi qu'une expertise psychologique est envisagée dans les tribunaux pour mieux appréhender la globalité du fonctionnement d'une personne.

La limite entre conscience et inconscience, volonté élaborée ou non, est toujours particulièrement difficile à repérer, et importe dans les questions de perversion.

Il s'agirait donc de délimiter des espaces plus ou moins reliés entre eux. En terme de lien entre les espaces, se pose aussi le problème de l'articulation dedans/dehors et de la différence que nous faisons dans notre approche de l'intérieur et de l'extérieur. Notre besoin identitaire, ce sentiment d'exister, dont j'ai parlé dans un ouvrage antérieur, nous pousse à nous sentir au maximum maîtres de nous pour éviter le risque fort délétère d'un sentiment de dépersonnalisation.

Ainsi concernant notre intérieur nous considérons que tout est lié sans interroger forcément les intermédiaires entre nos différentes parts, pas toujours en accord harmonieux (les conflits internes en témoignent). Et nous n'avons pas de difficulté à attribuer du sens à ce qui se passe à l'intérieur de nous, même s'il s'agit d'un sens purement plaqué, puisque nous considérons que nous sommes « maîtres » de notre intérieur. Par contre dès que la question se pose d'un sens à l'extérieur, il nous faut trouver une explication concrète, dite scientifique, sinon tout sens est dénié. En effet l'extérieur « appartient à tous ». Il nous faut donc concernant l'extérieur nous mettre d'accord sur des explications communes. C'est le sens des mythes communs qui donnent un fondement aux sociétés. C'est ce qui est impliqué dans la déstabilisation qui se produit lorsque des cultures se mélangent trop brutalement.

Le sens est entendu comme une dimension symbolique humainement accessible et représentable. Lorsqu'il n'y a pas d'accord social sur ses fondements, la question du sens est

évacuée, menant vers des carences graves. Pour pallier à ce processus, ne pourrait-on réintroduire la dimension symbolique, celle du « sens », comme une direction suivie par une dynamique spécifique, ayant des particularités propres, éventuellement décelables, même si elles ne sont pas comprises et rattachées à une cohérence théorique ?

Cette acception du terme pourrait ainsi nous conduire sur la voie de l'équilibre envisagée par les philosophies chinoises anciennes, sans pour autant chercher à y apposer le sceau d'une quelconque croyance. Il s'agirait de l'observation d'un phénomène qui suivrait un mouvement et une direction, et qui appartiendrait au monde extérieur, sans nécessité d'intentionnalité pour autant. D'où vient que nous acceptons si volontiers l'absence d'intentionnalité des objets physiques, et si mal celle des éléments immatériels, comme le temps, l'espace ou les affects ? Cela semble lié à la nécessité où nous nous sentons de maîtriser notre intérieur, particulièrement sa part immatérielle, qui offrant moins de repères que la part matérielle, peut paraître particulièrement menaçante si elle échappe. La grande méfiance à l'égard de la dépossession de soi par des esprits malins ou manipulateurs est de cet ordre. Comment autoriser notre intérieur à être habité de sensations immatérielles, fluctuantes et parfois incomprises. Accepter de laisser circuler une énergie folâtre à l'intérieur de nous relativement librement et sans danger pour notre vie et notre positionnement, est concomitant de ce que je vais appeler « une bonne relation au corps propre », ou une bonne « intégration » du corps.

Corps intégré dans notre pensée et notre fonctionnement, en lien avec une forme de « lâcher prise » intérieur, dans le rapport à soi-même donc, et pas dans le rapport aux autres. Considérer les choses ainsi implique là encore de différencier intérieur et extérieur. Lorsque le corps est mal investi, la différenciation n'est pas toujours claire. C'est ainsi qu'opèrent certains amalgames, conduisant à assimiler lâcher prise et faire tout ce qui nous passe par la tête, sans distinction entre l'attitude à avoir avec son propre intérieur et celle à adopter avec l'extérieur et les autres. Cette confusion est à l'origine de beaucoup de problèmes socio-éducatifs.

Un corps investi positivement, comme un contenant solide et sûr, va nous aider à accepter qu'à l'intérieur batifolent des ressentis, des idées, des fantasmes, avec la richesse et la diversité que leur apporte l'imaginaire, sans toutefois craindre qu'il le déborde et qu'il emporte tout sur son passage, allant s'exprimer à l'extérieur malgré soi. Un bon équilibre entre les deux sera le meilleur garant du respect de cette limite.

En effet notre corps est le plus légitime à poser une limite entre notre espace intérieur libre de laisser circuler ce que bon nous semble, et l'espace extérieur régit par une loi conforme à nos principes, ou imposée par la société dans laquelle on vit.

Le corps pose une délimitation incontournable et nous articule avec le monde, via les coordonnées d'espace et de temps.

Notre conscience vigile nous permet une certaine maîtrise, qui nous a conduits vers les progrès scientifiques que l'on sait. Mais notre conscience onirique doit aussi garder son importance, tant en ce qui concerne notre intérieur, qu'en ce qui concerne notre appréhension du monde.

Sami-Ali nous y encourage depuis des décennies par son travail de recherche en psychosomatique. L'imaginaire ainsi apparaît d'une très grande richesse non seulement pour exprimer ce qui est à l'intérieur de soi, mais aussi pour percevoir ce qui est à l'extérieur, selon des mécanismes de projection qui sont impliqués dans l'effet de résonance qui se produit dans la relation.

Contenir un intérieur libre de mouvements, tout en structurant le lien avec les autres, est donc un modèle d'équilibre. Y parvenir exige un bon investissement corporel ainsi qu'une position de maturité.

Ici encore nous pouvons faire un parallèle entre ce qui se passe au niveau individuel et au niveau social, où nous constatons de plus en plus souvent combien les parents ont des

difficultés à entendre leur enfant exprimer librement son ressenti, tout en assumant de lui imposer des limites, sensées correspondre aux critères éducatifs qu'ils voudront lui donner.

Le rythme.

Ce thème est également au centre de mes recherches. En effet au-delà de la conception mentale du temps, physiologiquement et dans le corps ce sont les rythmes qui en sont les meilleurs représentants.

Au niveau biologique la rythmicité est cruciale, organisant le fonctionnement humain autour des rythmes veille/sommeil notamment.

La dimension rythmique opère un peu comme un chef d'orchestre, permettant une structuration de la vie.

Ressentir la réalité du temps en soi, c'est aussi avoir la notion d'un rythme que l'on suit : rythme de vie, rythme de l'alimentation et du sommeil, rythme des activités.

C'est cette dimension qui préside au tout début de la vie, à la mise en place d'une organisation interne du bébé en lien avec sa mère, avec son entourage.

Dès le début de ma pratique de psychiatre j'ai constaté combien la mise en place d'une organisation du temps pour des patients psychotiques ayant perdu tout repère de différenciation entre eux et le monde extérieur, du fait de l'envahissement imaginaire dont ils étaient victimes, permettait une amélioration de leur état. Au-delà du traitement chimique et relationnel, le fait de leur imposer un rythme lors des hospitalisations avait un effet thérapeutique.

Dans mes expériences cliniques ultérieures j'ai remarqué aussi combien la perte de rythme était toxique.

Lorsque le rythme de vie est surtout centré sur le travail, ou sur d'autres activités spécifiques, leur interruption peut provoquer une profonde désorganisation interne. Certaines pathologies addictives nous en montrent aussi l'importance.

Dans la consommation tabagique par exemple, elle est assez évidente.

Le moment de prendre une cigarette est souvent associé par les fumeurs à un temps spécifique et privilégié, et il est certain que la rythmicité qui s'instaure chez le fumeur qui ponctue sa journée de ce geste, a une fonction vitale importante. Mais comme pour toute addiction, peu à peu l'action de fumer se précipite à cause de l'accoutumance qui s'installe, faisant perdre au geste son sens. Sami-Ali a traité ce sujet dans « Le haschich en Egypte ».

L'action de fumer se transforme en automatisme et ainsi ne correspond plus au fait de ponctuer le temps et donner un certain rythme. Elle n'a plus que la valeur du geste en soi, qui se mue en une répétition à l'infini, sans plus aucune fonction.

Cet effet de la répétition qui vide de sens, se retrouve aussi dans les troubles alimentaires. Lorsque manger une douceur peut d'abord s'avérer apaisant comme une compensation affective, puis tourner à l'automatisme stéréotypé et culpabilisant.

Certaines addictions, comme celle au sport, présentent parfois le même inconvénient mais étant beaucoup moins toxiques, le problème ne se pose généralement que lorsqu'à la faveur d'un excès se produit un accident qui empêche la pratique sportive.

Nous voyons à travers ces exemples que tant qu'un geste garde une fonction symbolique, il peut être utile, mais lorsqu'il la perd parce qu'il est devenu une répétition vide de sens, il mène à la pathologie.

Tous les rituels ont aussi cet inconvénient. Il est important de maintenir un lien entre le comportement, le geste, l'attitude, et la profondeur de l'individu, ce que permet le sens. Lorsque le geste garde une fonction symbolique, et est investi de sens, il est utile.

S'il le perd, il devient toxique.

Or un des problèmes de notre société est la tendance à ne regarder que la surface et l'apparence. Et le geste se réduit au geste. Ainsi hélas, l'être humain se dévitalise, en se mettant à fonctionner dans une banalisation et une perte de sens.

La vie n'ayant plus de sens profond, elle ne devient pour beaucoup de jeunes qu'une forme, une façon de bouger, d'agir, et donc ne présente plus grand intérêt, hormis celui de posséder ou d'accomplir. L'« avoir » et le « faire » se substituent ainsi à l'« être ».

Et sitôt qu'il n'est plus possible d'avoir ou de faire, il n'y a pas d'autre issue que la mort.

Le suicide des jeunes est également un problème de société.

Ainsi quand je m'intéresse au rythme, il est bien entendu question de ne pas en rester au couple activité/passivité, mais à le mettre en résonance avec la globalité de l'être, avec sa profondeur.

C'est pour cette raison que donner aux patients en souffrance le conseil de faire du sport ou d'avoir des activités peut-être tantôt très efficace, tantôt totalement vain. Tout dépendra du type d'investissement que va proposer l'activité, de la façon dont elle sera vécue, du sens qui lui sera donné.

La dimension symbolique est toujours essentielle chez l'homme, et l'évacuer conduit à une sorte de dévitalisation qui remet en question notre instinct le plus sûr, l'instinct de vie.

Ici aussi la société joue un rôle.

A force de standardiser et conformer les actes et les gens, le risque est une désaffection de la vie. On n'aime plus la vie, et au moindre problème on s'en débarrasse.

L'affect apparaît ici dans toute sa vitalité.

Le rythme a donc une fonction essentielle, à condition cependant qu'il ne soit pas désinséré de la dimension affective, ni de la dimension symbolique.

Celle-ci permettant de garder un rapport au monde équilibré, en évitant de sombrer dans la dépendance.

Le rapport au social.

L'évolution politique du monde questionne beaucoup les rapports entre mystique, religion, organisation sociale et politique. Dans les débats la tendance qui se veut raisonnable, est à différencier les registres de telle façon qu'ils soient dissociés. Or la réalité de la vie politique démontre leur intrication. Par extension nous pourrions faire un parallèle avec notre façon d'aborder les liens corporel/mental. En effet dans ce domaine aussi de nombreux scientifiques argumentent sur l'impossibilité d'une articulation théorique, du fait de la différence fondamentale des « langages » utilisés. Or la réalité de la vie humaine, corps et esprit, indissociables l'un de l'autre, vient opposer une évidence incontournable à ce refus théorique. Ne pas avoir de modèle d'articulation, nous conduit vers deux tendances tout aussi délétères l'une que l'autre. L'une menant simplement à poser un clivage stérile. L'autre à fabriquer des systèmes de croyance pseudo explicatifs à l'origine de dérives sectaires, qui ne font qu'encourager la première tendance.

Devons-nous rester dans cette impasse sous prétexte que nous manquons de connaissances ?

Je propose de formuler des hypothèses d'articulation fondées sur des constatations cliniques. Celles-ci sont vouées à être affinées, précisées, ratifiées ou contredites selon l'évolution des recherches.

Et ces travaux pourraient constituer le maillage d'une réflexion, une trame vers une certaine cohérence, nous aidant à éviter les dérives extrêmes d'aller, soit vers des croyances stériles, soit de bloquer toute possibilité d'élaboration sous le seul prétexte d'une absence de certitude. Les hypothèses sont du domaine de l'imaginaire, mais leur pertinence peut conduire peu à peu à des progrès concrets.

Dans la réalité de notre vie économique et politique interviennent toujours le psychologique et le social qui eux, intéressent la science, mais aussi le mystique et le religieux, qu'elle tient surtout à distance. Ces domaines s'interpénètrent, il faut donc les étudier dans leurs interactions.

La bipartition réel/imaginaire, dont notre pensée occidentale nous a donné l'habitude, nous conduit à éluder volontiers la part immatérielle de notre existence, alors qu'elle est toujours impliquée dans nos choix, et nos orientations de vie.

Ce texte voudrait a contrario encourager l'exploration des dimensions immatérielles en l'état actuel de nos connaissances, car bien que difficiles à saisir, elles ont des effets importants et incontournables.

L'exploration de la place donnée à l'espace et au temps dans notre fonctionnement est à mon sens une voie de choix, c'est pourquoi je m'intéresse au « rythme corporel », façon de nommer l'espace et le temps dans leur inscription corporelle.

L'immatériel n'a pas bonne presse pour les scientifiques dès lors que nous abordons la psychologie. Magnétisme, magie, charlatanisme sont des mots qui surgissent et décrédibilisent.

Cette attitude de méfiance est certainement très explicable par les dérives fréquentes de ce genre de développements théoriques, mais faut-il pour autant laisser subsister un vide en lieu et place d'un questionnement ?

Je ne peux qu'encourager chacun à tenter de se faire une opinion à propos de ce que j'expose ici. Plutôt que d'exclure de nos réflexions certains domaines mal connus, il serait opportun dans la visée d'une recherche d'équilibre, de les y inclure, quitte à le faire comme des domaines inconnus. Comme nous incluons une inconnue dans une équation plutôt que de la faire disparaître parce que nous n'en connaissons pas la valeur.

Cette attitude me paraît nécessaire au maintien d'une position scientifique dans la tentative de mieux comprendre les effets du psychisme sur le monde.