

AIMÉ HAMANN

Au-delà des
psychothérapies
*L'abandon
corporel*

Stanké

Données de catalogage avant publication (Canada)

Hamann, Aimé

Au-delà des psychothérapies : l'abandon corporel

(Partage)

ISBN 2-7604-0555-9

1. Acceptation de soi. 2. Connaissance de soi. 3. Esprit et corps. 4.

Actualisation de soi. 5. Perfection I. Titre. II. Collection : Collection

Partage

(Montréal, Québec).

BF575.S37H35 1996

158°. 1

C96-941324-6

Couverture: Standish Communications

Infographie: Tecni-Chrome

Les éditions internationales Alain Stanké bénéficient du soutien financier du Conseil des Arts du Canada pour leur programme de publication.

O< Les éditions internationales Alain Stanké, 1996

Tous droits de traduction et d'adaptation réservés; toute reproduction d'un extrait quelconque de ce livre par quelque procédé que ce soit, et notamment par photocopie ou microfilm, strictement interdite sans l'autorisation écrite de l'éditeur.

ISBN 2-7604-0555-9

Dépôt légal: Bibliothèque nationale du Québec, 1996

Les éditions internationales Alain Stanké

1212, rue Saint-Mathieu

Montréal (Québec) H3H 2H7

Tél.: (514) 935-7452

Télééc.: (514) 931-1627

IMPRIMÉ AU QUÉBEC (CANADA)

Table des matières

<i>Remerciements</i>	10
<i>Avant-lire</i>	11
<i>Préface</i>	115
<i>Introduction</i> " " " " " "	19

PREMIÈRE PARTIE

La psychothérapie d'abandon corporel : un mode de rapport faisant toute sa place à la réalité humaine

Chapitre premier

Une position rejoignant l'être humain dans sa globalité	25
Un mode de rapport ouvert à tout l'être	25
Une position ontologique	28
Une recherche	29
Une démarche	33
Au-delà des dichotomies	35

Chapitre 2

Un mode de rapport qui est le corps	39
Une recherche sur le toucher	39
Le toucher comme technique	41
Le toucher : un mode de rapport aux autres	42
Consentir au mode de rapport que l'on est	42
Se recevoir : un espace pour soi et les autres	43

Chapitre 3

L'involontaire	45
L'involontaire comme ouverture à tout soi-même	45
L'involontaire comme matériau	47

Table des matières

<i>Remerciements</i>	10
<i>Avant-lire</i>	11
<i>Préface</i>	115
<i>Introduction</i> " " " " " "	19

PREMIÈRE PARTIE

La psychothérapie d'abandon corporel : un mode de rapport faisant toute sa place à la réalité humaine

Chapitre premier

Une position rejoignant l'être humain dans sa globalité	25
Un mode de rapport ouvert à tout l'être	25
Une position ontologique	28
Une recherche	29
Une démarche	33
Au-delà des dichotomies	35

Chapitre 2

Un mode de rapport qui est le corps	39
Une recherche sur le toucher	39
Le toucher comme technique	41
Le toucher : un mode de rapport aux autres	42
Consentir au mode de rapport que l'on est	42
Se recevoir : un espace pour soi et les autres	43

Chapitre 3

L'involontaire	45
L'involontaire comme ouverture à tout soi-même	45
L'involontaire comme matériau	47

DEUXIÈME PARTIE
*Un regard de décloisonnement sur
la réalité humaine : de la matière à l'esprit*

Chapitre 4

Le corps : mémoire individuelle et collective	51
Ouverture à soi et connaissance	51
Ouverture à soi et rapport aux institutions	53

Chapitre 5

Les débuts de l'humanité	57
Tout vient de la matière	57
Le caractère dichotomique d'origine :	
l'ambivalence	59
L'irrecevable ambivalence et le problème du mal	62

Chapitre 6

L'expérience d'être un corps humanisé :	
ses ambiguïtés	71
L'expérience de soi	71
Du rapport au désir	74
La violence	83
La sexualité humaine	87

Chapitre 7

Les expressions limites du rapport et du désir	93
La psychose	93
La somatisation	98
De la culpabilité à la responsabilité	101
Du déterminisme à la liberté	103

Chapitre 8

Le corps en processus de spiritualisation	107
Le corps humain est rapport	107
Un processus d'incarnation	109
L'interdépendance constitutive	112
Interdépendance et paradoxalité	113
Un regard sur la mort	119

Chapitre 9

L'abandon corporel face au devenir de l'humanité	125
Les modes de rapports humains	125
Consentir à ne pas changer pour être	127
Comprendre autrement l'être humain	131
Un regard sur l'humanité en devenir	138

TROISIÈME PARTIE

La pratique de la psychothérapie d'abandon corporel : au niveau de l'être et du devenir

Chapitre 10

À la recherche d'une définition 143
Considérations générales 143
La psychothérapie comme recherche	146
La psychothérapie comme invitation à être	148
La psychothérapie comme interdépendance 150
La psychothérapie comme ouverture au sens 151
Une définition formelle 153

Chapitre 11

Le rapport psychothérapeutique et la formation en abandon corporel 155
La situation psychothérapeutique 155
Le transfert et la rencontre ontologique	157
La réalité de la dépendance	159
La position du psychothérapeute	161
L'essentiel de la formation	162
Une formation jamais terminée 165

Chapitre 12

Les contenus, les modalités, la clientèle 167
L'ici et le maintenant 167
Le non-verbal et l'involontaire 168
La nécessité du langage 170
Le rapport individuel et de groupe 172
Une position ouverte à tous 175
Certaines limites176

<i>Chapitre 13</i>	
L'apport de la psychothérapie d'abandon corporel	179
Habiter davantage son être	179
Liberté, responsabilité, authenticité	180
Un meilleur rapport à soi et aux autres et une sexualité mieux intégrée	182
Une ouverture au sens de la vie	183
Une vision unifiante de la réalité humaine	184

<i>Chapitre 14</i>	
Autour de certaines questions	187
Savoir ou apprendre	187
Le rapport au temps	189
Le rapport à la souffrance	191

<i>Conclusion</i>	195
-------------------------	-----

<i>Annexe :</i>	
Au risque de se recevoir, interdépendance et paradoxalité.....	197

Dans cet ouvrage, le masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

Avant-lire

Aborder l'abandon corporel s'est fait pour moi autour de la publication du premier livre'. Un collectif du groupe épousant depuis une vingtaine d'années la quête exigeante initiée par le meneur : Aimé Hamann. Une quête, soit. Mais une quête menée par la position seulement qu'allaient prendre les chercheurs.

Notre être ne peut être que ce qu'il est. Là est notre seule possibilité. Notre seule vérité. Mais nous refusons des parties de notre totalité : le non-reçu et l'irrecevable. Dans la mesure où nous parvenons à les reconnaître, à les recevoir comme à soi, comme soi, nous devenons vrais. Être vrai, pour Aimé Hamann, c'est être parfait. Ce qui est parfait, c'est être ce que l'on est. Nous passons beaucoup de temps et utilisons beaucoup d'énergie à changer et à guérir ce qui de nous est imparfait. Chaque effort nous mène à être ce que nous ne sommes pas. Cela soulage notre mal être et c'est tellement moins exigeant de chercher à se changer que d'être vraiment ce que l'on est. Pourtant, toutes nos dérives sont sensées et sont à accueillir, nôtres. Peut-être en devenant ce que nous sommes guérirons-nous ?

L'auteur n'est donc pas un meneur. Ni un instructeur. Ni même un créateur. Bien qu'il soit tout cela aussi. Il est, entre autres, l'impulseur, le premier chercheur et le premier observateur. Et pour ce livre, le révélateur. De quoi ? De son être. De ce qui survient en lui, de lui-même et venant de l'autre, dans l'étendue de l'ouverture et de l'accueil qu'il aura de lui-même.

1. *L'Abandon corporel*, collection « Partage », Les éditions internationales
Alain Stanké, 1993.

Remerciements

Cet ouvrage s'efforce de communiquer les découvertes d'une recherche sur le toucher entreprise il y a près de 25 ans. Ces découvertes sont devenues une approche à la psychothérapie, une démarche dans laquelle sont engagées un grand nombre de personnes auxquelles cet écrit doit beaucoup. Il est le fruit d'un long mûrissement rendu possible grâce à leur présence constante au cours de toutes ces années, et sa réalisation leur est largement attribuable.

Bien qu'il soit impossible de les nommer toutes ici, je remercie chacune de ces personnes sans lesquelles le présent ouvrage n'aurait jamais vu le jour. Je tiens à remercier d'une façon particulière :

– le groupe de recherche : Clémence Dubé, Lise Lamothe et Fernande Richard qui sont là presque depuis le début et avec lesquelles toutes les questions traitées ici ont été abordées ;

le groupe d'écriture qui est à l'origine d'un premier ouvrage intitulé *I. Abandon corporel*. C'est cette expérience initiée par Clémence Dubé et Gilles Deshaies qui a fait germer l'idée du présent ouvrage ;

– Renée Dauphinais et Hélène Marchand, mes deux cothérapeutes de groupe, qui ont porté avec moi toute l'évolution de cette démarche que constitue l'abandon corporel, et tout spécialement la dernière pour ses commentaires judicieux et pour les nombreuses heures qu'elle a consacrées à la saisie du texte à l'ordinateur ;

je ne saurais passer sous silence la collaboration de Muriel Pouliot. Je la remercie pour sa lecture vigilante, son souci de la clarté, son questionnement critique et son respect du manuscrit, ainsi que pour son travail rigoureux sur la version finale du texte ;

je tiens également à remercier Josette Stanké, directrice de la collection « Partage », et à souligner le travail professionnel de l'équipe des Éditions internationales Alain Stanké.

Des dimensions insoupçonnées de l'être et de la vie se révéleront au fil des ans. Elles fonderont et donneront sens à l'expérience qui transcende les psychothérapies connues. Le savoir sur l'être que s'attache à faire savoir l'auteur dévoile la profondeur, l'envergure, la perspective évolutionnaire et révolutionnaire de la démarche.

Le maître, c'est donc la position adoptée du dedans : une ouverture de l'être à tout son être à recevoir en entier. C'est elle qui étalonne l'ampleur de la découverte; c'est sa reprise sempiternelle, parce que jamais acquise, qui repousse la lisière de la connaissance de l'être et de la vie elle-même. Le changement peut avoir lieu mais de surcroît. Voici une aventure sans fin, déconcertante, exigeante, rigoureuse, redoutable. Mais combien vivante !

Pour soutenir l'expérience, pour en recueillir le sens, il n'est aucun présumé de savoir ni de technique forçante ou sécurisante. À aucun moment, dans ce livre, Aimé Hamann ne nous propose de directives, de moyens pratiques, en un mot de « comment faire pour être ». On est livré à tout de soi et à la terreur du vide. Si bien qu'il nous arrive, à des moments d'excès, de penser que l'auteur fait exprès d'éluder ici, d'en mettre trop là, et que ce qu'il tait serait justement ce qu'il nous faudrait pour nous apprivoiser, et que ce qu'il répète ajoute à notre confusion. N'y aurait-il pas moyen de rendre ce mouvement d'ouverture plus facile ? Sans doute, non.

Chacun de nous peut bien reconnaître, en privé, qu'il n'est ouvert à l'ouverture que très à la surface de lui-même ! Et puis, cet accueil a contre lui une masse d'interdits (de non-reçu et d'irrecevable, dirait l'auteur) légués de notre lignée, qu'il faut remonter jusqu'à tout le processus d'humanisation, et que nous avons nous-mêmes développés, à notre façon, au long de notre histoire personnelle. L'abandon corporel n'est pas une démarche qui va de soi.

De mon expérience, la position d'ouverture est ce mouvement qui cherche à déployer le creux de mon être. Une sorte de respiration organique qui voudrait défroisser mes vieux plis. Elle a lieu au plus dense de ma chair et donc à ce

qui résiste féroce­ment. Dans mes neurones, par exemple ceux qui s'entêtent à répéter rigide­ment des mémoires immémoriales. Mais aussi au plus intense et vulnérable, là où s'émeut mon cœur qui n'en peut mais sous les myriades de « défenses de pénétrer » que j'ai reçues et apprises.

Ce geste d'ouverture est du plus grand danger. Non seulement il me met en risque de connaissance de ce que j'ai toujours éludé, mais aussi en risque d'être ce que je ne veux pas ou ne peux pas être : là, il fait très peur et il fait très mal.

Cependant, ce geste est du plus grand attrait. Découvrir cet espace, vivre tous ces temps de soi, être tant de possibles, l'éprouver, l'être ne serait-ce que le temps d'un éclair, c'est la joie! Tout l'être s'en souvient et la vie le désire. Alors, on réitère. Aimé Hamann nous le dit : « On ne peut pas être sans faire être ».

Ouvrir et recevoir, qui est donner aussi, sont les mouvements de l'être, mais aussi de la vie, mais aussi de l'amour. Aimer vraiment advient lorsque l'être s'ouvre à tout de lui-même et se reçoit tel quel. Il est alors ce qu'il est. Être, connaître, aimer sont nos actes pleinement humains. Et ils sont rares. Nos histoires tumultueuses racontent comment et combien nous peinons pour atteindre notre vérité !

Ce que Aimé Hamann assemble dans ce livre donne le vertige et je le laisse à découvrir. Il va de la lucidité tranchante à l'accueil de tout ce que l'on voudrait refuser. Il balance, à l'aise et sans fin, entre le simple et le paradoxal, entre le rien et le sublime. Tout ce que nous sommes. Il sonde jusqu'à la carcasse de la matière, dans laquelle il nous plonge, sans retenue, pour en laisser jaillir l'esprit alors que l'on n'y croyait plus. Le tout, parfois, dans un luxe de détails et de répétitions qu'il nous faut, nous lecteurs impatientes, traverser. Et recevoir. Et c'est souvent beaucoup ! L'auteur est un homme parvenu à grande maturité, sûr de son expérience qu'il lui faut consigner. Mais nous sommes loin d'être prêts à la recevoir. Voilà bien un homme qui dérange.

Aimé Hamann dégage un fort parfum de Terre, mais aussi la sienne natale, le Québec. Ma terre d'élection qui sait

adopter chacun qui mêle son sol au sien. Patrie d'ouverture et de possibles. Espace ouvert. Corps en devenir qui s'incube chaque hiver, affamé de mettre en vie ce qu'il a amassé. Si l'on s'abandonne, peut-on ouvrir le silence de la matière et recevoir l'esprit ?

Donner la parole au vécu de cette exigence est un labeur suffisamment difficile et compliqué pour requérir d'Aimé Hamann toute l'intelligence et toute la sensibilité de son être. Écrire à ce niveau est l'expression de l'Être et de la Vie à leur plus haut degré. Lorsque la voix de l'expérience advient, et elle est prédominante en ces pages, elle est expérience pour le lecteur. Voilà bien un livre qu'il fallait vivre pour écrire. Lorsqu'on le lit dans sa profondeur et dans sa perspective, il ajoute de la vie et de l'être aux nôtres. On ne ressort pas de cette lecture tel qu'on y est entré. Et c'est un sacré cadeau !

Josette Stanké

Préface

L'humanité est essentiellement recherche de sens, pas uniquement au niveau des gestes et des symboles, mais d'une manière intrinsèque. Elle est projet de la matière et capacité de devenir le lieu qui transcende ses limites. Son tissu s'enracine dans cette matière, il assume toutes les formes de la vie et tend de tout lui-même à habiter en chacun l'être, dans le processus infini de recevoir globalement, dans l'espace et le temps, tout ce qu'elle est déjà devenue.

L'aventure humaine a commencé dans la dépossession, l'extériorité et la multiplicité. Il a fallu des millions d'années d'une gestation qui se continue pour que nous soyons là, héritiers de tout le passé et porteurs de tout le devenir. Le milieu civilisateur, créé par les humains, a lentement permis à ces corps, animaux d'origine, de se pétrir d'humanité. Mais il s'agit d'une humanité née de l'absence d'elle-même et devenue ce qu'elle est sous le signe de la coupure et de l'ambivalence, si bien qu'elle se construit et devient en demeurant une humanité à devenir, à assumer et à recevoir globalement. Le processus de devenir humain génère tout autant la vie que la mort. C'est le lieu et l'origine de toute espérance et de toute souffrance humaines. Et le devenir humain ne peut laisser apparaître tout son sens que dans le risque pris par les individus de se recevoir globalement, faisant émerger ainsi le processus d'humanisation, qui constitue chacun, de ses limites d'espace et de temps ainsi que de son ambivalence d'origine.

Depuis le crépuscule de l'humanité, la recherche de sens n'a pu se faire qu'à travers les multiples institutions que les

humains se sont données dans l'espace et le temps de leur devenir. Ces mêmes institutions ont été les complices inévitables et nécessaires de leur dépossession et de la multiplicité des formes qu'a empruntées la recherche du sens. Toutes les institutions, surtout religieuses et politiques, ont eu en général comme fonction de gérer les rapports sadomasochistes et de favoriser en les idéalisant certaines formes du rapport humain et du sens de l'existence. Elles sont lieux de rassemblement tout autant que de division. Elles viennent des humains, qui leur ont donné naissance, elles sont à leur service et elles devront, bien malgré elles, au cours du processus d'humanisation, céder leur place à des formes de rapport mieux appropriées pour favoriser une ouverture à la globalité. Tout ce que ces institutions ont accumulé d'humanité et de sens a à être récupéré en chacun des individus comme étant leur corps, éparpillé dans l'espace civilisateur et dans la culture. En prenant le risque d'être globalement eux-mêmes, les individus découvrent dans leur particularisme reçu une humanité une et universelle.

Au cours des trois derniers millénaires, de grands êtres se sont imposés, marquant l'Orient et l'Occident de leur expérience et de leur présence. Mais ces expériences libératrices ont été faites à l'intérieur de la symbolique et des institutions de leur temps, et récupérées par elles. C'était inévitable et nécessaire. Dommage aussi ! Mais l'humanité ne peut apprivoiser son rapport à l'être et à ce qu'elle porte au fond d'elle-même que dans la dépossession et la sécurité des croyances, des rites et des symboles, et surtout elle ne peut le faire que très lentement. Les grandes religions de l'Occident et les grandes sagesses de l'Orient, qui nous parviennent aujourd'hui sous des apparences souvent méconnaissables, sont des acquis fondamentaux de l'humanité. Elles sont, sous des formes différentes, des tentatives d'ouverture à la globalité de l'être soi, mais elles entretiennent des particularismes qu'il faut transcender, surtout sous leurs formes institutionnalisées.

Depuis un siècle, la recherche du sens, plus encore en Occident, a pris une direction toute nouvelle. La psychologie

dite scientifique a fait son apparition et elle a beaucoup enrichi l'humanité. Elle a mis l'accent sur la vie individuelle et elle a apporté un certain degré de compréhension et de soulagement à la souffrance. L'inconscient individuel et l'inconscient collectif ont été mis au jour. La psychothérapie moderne était née. Dès son origine, elle a pris des formes différentes qui, unies dans une même quête de sens, auraient pu ouvrir à une vision plus intégrante de l'humanité en chacun. Mais ici, tout comme dans le processus d'hominisation, les particularismes ont prévalu.

La recherche psychologique est demeurée au niveau de l'institution, favorisant la déposssession, la multiplicité des approches et les querelles d'écoles. Son incapacité de s'ouvrir à une vision intégrante de l'être et à son sens a favorisé l'apparition de multiples approches s'inspirant des religions du passé, des sagesse de l'Orient ou des voies de l'esotérisme. Il ne pouvait en être autrement. La psychologie ne suffisant pas à répondre aux grandes angoisses humaines – et les grandes questions sur le sens ne sont pas extérieures à la souffrance –, il faudra chercher plus loin. Au-delà de la multiplicité des approches, il faudra trouver des lieux, une position qui, faisant toute sa place à la réalité humaine concrète, soit la possibilité d'en intégrer toutes les dimensions et de s'ouvrir ainsi au sens, partant de l'intérieur.

La psychothérapie d'abandon corporel est une avancée dans cette direction. Elle n'est pas une forme institutionnalisée de la psychothérapie. Elle est une position de recherche faisant sa place à la vie comme elle est organisée en chacun. Elle engage un processus sans limites centré sur l'être en chacun, intégrant à la psychothérapie les grandes préoccupations des sagesse de l'Orient et des religions de l'Occident, mais au-delà des singularités. Elle considère l'être à découvrir, à apprendre, et non à savoir et à guérir. Transcendant les particularismes, les contradictions et les dichotomies, sa position fait apparaître l'interdépendance constitutive de l'être ainsi que sa paradoxalité, lieu de résolution de tous les contraires, de toutes les contradictions et de toutes les dichotomies.

De là se dégage une vision nouvelle de la réalité humaine : l'être est mouvement, est processus d'hominisation qui rend possible et prépare cet autre processus si exigeant de devenir soi. L'être est devenu ce qu'il a à devenir. L'abandon corporel est la présence de toutes les conditions favorisant ce devenir dans un mode de rapport qui fait place à tous les modes du rapport. La psychothérapie d'abandon corporel s'initie donc dans la position de se recevoir globalement, ouvrant au sens et du même coup au lieu de toute souffrance : le non-reçu et l'irrecevable qui s'enracinent dans la coupure et l'ambivalence d'origine. Dans cette perspective, le désir s'identifie au rapport qui est l'organisation même du corps. S'engager dans le processus de se recevoir globalement ouvre à l'accomplissement du désir et donc du corps. La matière devient esprit, elle montre toute sa grandeur spirituelle en passant par tout le processus d'hominisation et en s'incarnant en chacun, dans le processus sans fin de se recevoir.

La psychothérapie d'abandon corporel est cette position ontologique d'ouverture à tous les moments de l'être soi. Elle va rejoindre, progressivement, toutes les dimensions de la vie en chacun, laissant émerger, derrière la coupure, tout le non-reçu sous toutes ses formes. Une telle position n'est jamais acquise, elle est toujours à reprendre et elle va au-delà de tous les interdits. Ce qu'il y a d'unique, de spécifique à chacun peut alors apparaître. Entrer dans un tel processus place au second plan le souci de changement et de guérison pour faire toute sa place au risque d'être globalement soi.

Introduction

L'abandon corporel a été initialement une recherche sur le toucher. Commencée en 1972, cette recherche a conduit à deux découvertes : un mode de toucher faisant place à tout l'être, à la vie humaine dans sa globalité ; un matériau nouveau – qualifié d'involontaire – éveillé à l'occasion de ce toucher-présence.

Cette recherche a très tôt trouvé des applications psychothérapeutiques. La psychothérapie d'abandon corporel qui a lentement pris forme en a gardé toute la rigueur et un processus de décloisonnement s'est opéré, faisant disparaître toute distinction entre recherche et psychothérapie. L'abandon corporel est ainsi devenu une forme de psychothérapie comme recherche.

Une telle identification de la psychothérapie à la recherche émerge de la position – prise à travers la découverte du toucher-présence – qui fait place à tout soi-même et donc à la vie comme elle s'organise en soi. Ce mode de toucher s'est avéré être avant tout un mode de rapport, verbal ou non verbal, laissant la réalité humaine apparaître dans toute l'ampleur de son projet : ce qu'elle est devenue en chacun; la profondeur de ses origines; la transcendance de son accomplissement. Il n'y a plus alors seulement recherche, mais démarche ouvrant sur la globalité et l'unicité de chacun, par conséquent une ouverture sur l'être et, du même coup, sur le sens.

L'abandon corporel est une position prise à l'égard de la réalité humaine et donc de chacun des humains. C'est la position d'aborder l'être comme il est, sans rien retrancher ni

ajouter, créant toutes les conditions favorables lui permettant de prendre le risque de n'être que lui-même et tout lui-même. Cette position, ces conditions se trouvent réunies dans le mode de rapport initié à chaque moment par le psychothérapeute, dans sa propre ouverture à lui-même.

Prendre le risque d'une telle ouverture rejoint l'humanité tout entière en chacun. La mémoire collective et individuelle, organisant et définissant le corps que chacun est, peut ainsi lentement s'éveiller. C'est la confrontation en soi à toutes les morales, à tous les interdits et à toutes les culpabilités du processus d'humanisation et de sa propre histoire. C'est l'ambivalence révélée au cœur du risque d'être soi.

L'ouverture à soi – et donc à l'humanité entière – dans l'expérience de se recevoir globalement initie le mouvement jusqu'à arrêté en soi. Le processus de devenir soi, d'être soi s'amorce. C'est l'involontaire qui prend toutes les formes de la vie de chacun, y compris l'immobilité et le vide. L'involontaire, le mouvement en soi, c'est tout ce qui surgit à chaque moment de soi ; c'est le consentement à tout ce qu'il y a de plus fragile en soi et dans l'humanité ; c'est l'accueil de dimensions insoupçonnées de la vie en soi. Parfois, ce sont des découvertes qui marquent et transforment. Mais toujours, c'est un processus sans fin, allant sans cesse en s'approfondissant, qui s'engage et qui s'exprime verbalement ou non verbalement. Il met au jour une vie organisée, unique à chacun et déterminée, une vie à recevoir.

C'est ce qui fait apparaître le caractère essentiellement ontologique de la psychothérapie d'abandon corporel qui est avant tout un appel à être tout soi-même. Consentir à être soi, à se recevoir globalement, tel est le véritable moteur du changement. Du non-reçu et de l'irrecevable ont germé la souffrance ainsi que le mal sous toutes leurs formes. La souffrance et le mal sont au cœur au nos corps et donc de nos rapports. Ils sont dans tout ce qui en nous-mêmes n'est pas reçu. Le mal, aussi bien que la souffrance, est à recevoir comme soi-même, comme l'ambivalence de tout ce qui est humain, comme tout ce qui est soi. Tout ce qui est reçu est.

Il n'y a pas d'autre innocence que de recevoir ce qu'il y a en soi de tendresse, de générosité, et aussi d'iniquité.

La position prise pour parler de l'être, en explorer la profondeur ou tenter de favoriser son devenir déterminera la suite de l'action à entreprendre et du discours à tenir. L'abandon corporel alimente sa recherche, son action et sa réflexion à une même source : un mode de rapport faisant place à la globalité de l'être de chacun et de l'humanité entière. Ce mode de rapport apparaît alors d'une ouverture telle qu'il devient possible d'affirmer que tout de l'être humain, de l'humanité se réduit au rapport. Il y a d'abord eu l'émergence lente et douloureuse de ce mode de rapport minimalisant humain qui a constitué le début de l'humanité. Puis il y a eu tous ces modes de rapport qui ont articulé le processus d'hominisation, prenant en charge le corps, le transformant et l'humanisant. Chacun des humains est le point d'arrivée de ce processus. Chacun, comme corps humain, est l'organisation unique de tout le processus d'hominisation et d'humanisation parvenu jusqu'à lui à travers ses lignées d'appartenance. Cette organisation corporelle détermine le rapport à la vie de chacun, et se recevoir globalement fait toute sa place à l'humanité tout entière sous la forme spécifique qu'est chacun.

Ces considérations font l'objet de la première partie du présent ouvrage, qui en comporte trois. La première traite de la position que prend la psychothérapie d'abandon corporel pour expérimenter et comprendre la réalité humaine. Comme on le verra, cette position jette un regard différent sur l'humanité et sur les grandes questions qu'elle porte. C'est ce dont traite la seconde partie de cet ouvrage qui en constitue le cœur. La lecture des deux premières parties est essentielle à la compréhension de la troisième, qui aborde directement la pratique psychothérapeutique d'abandon corporel et développe un certain nombre de questions s'y rattachant. On trouvera en annexe le texte d'une conférence donnée dans le cadre d'un colloque sur la psychologie humaniste, et qui peut aussi bien servir de préparation que

de synthèse à la lecture de ces pages. Une table des matières détaillée permettra au lecteur de trouver rapidement les questions qui l'intéressent plus particulièrement.

L'ouvrage s'adresse à toute personne préoccupée par la recherche du sens, qui s'intéresse à l'aventure et au devenir de l'être humain. Il invite également tous ceux et celles qui sont à la recherche de réponses satisfaisantes à la vie – qu'ils soient philosophes ou théologiens, psychologues ou psychothérapeutes, éducateurs, professeurs ou étudiants – à amorcer ou à poursuivre une réflexion pour mieux comprendre la réalité humaine et ainsi qui nous sommes.

Le lecteur ne doit pas s'attendre à une lecture facile, car le texte témoigne d'une expérience qui n'est pas habituelle. Il a fallu donner aux mots usuels des sens surprenants qui seront apprivoisés au fur et à mesure de leur approfondissement dans le texte. Celui-ci exige du lecteur une grande ouverture, une sorte de dépaysement propice, une étrangeté par rapport à sa manière d'approcher et de comprendre la réalité humaine. C'est ce qui explique la nécessité des répétitions, qui ne sont pas gratuites. Elles sont voulues, pour éclairer le lecteur et toujours le ramener à l'essentiel. Elles se sont avérées inévitables, du fait que tout ce qui est dit est toujours lié à la position prise pour aborder la vie. Et, tout comme il faut sans cesse reprendre cette position, il faut sans cesse et toujours revenir à cet essentiel.

PREMIÈRE PARTIE

*La psychothérapie d'abandon
corporel : un mode de rapport
faisant toute sa place
à la réalité humaine*

Chapitre premier

Une position rejoignant l'être humain dans sa globalité

Un mode de rapport ouvert à tout l'être

Comme toute approche psychothérapeutique, l'abandon corporel est une position prise à l'égard de l'être humain. Cette approche se caractérise par le choix fondamental d'aborder l'être sans définition *a priori*, lui laissant toute la place pour qu'il puisse à chaque moment se révéler dans ce qui le constitue. Cette position ne peut donc être qu'un *mode de rapport entre le psychothérapeute et le client*, mode de rapport qu'il importe de décrire le plus exactement possible.

Toute la bonne volonté du monde ne suffit pas pour qu'une situation psychothérapeutique devienne un espace faisant place à la globalité de l'être du client. Une écoute attentive, de la sympathie et même toute l'empathie du monde ne constitueront jamais cette ouverture. Dès qu'il y a une définition *a priori* de l'être humain, un but fixé à la rencontre psychothérapeute-client, une technique intervenant dans un sens donné, il y a une limite imposée à la vie. Non pas que les théories, les techniques, les modèles d'écoute ne soient importants et même nécessaires – ils sont souvent les seuls moyens pour rejoindre certains aspects de la vie – mais

ils ne peuvent aller au-delà d'eux-mêmes. L'approche d'abandon corporel n'étant pas une théorie ni une technique, et c'est là sa spécificité, elle ne peut pas se fixer un but à l'avance. Elle est rencontre de la vie comme elle est organisée en chacun des êtres en présence, ce qui implique le psychothérapeute lui-même.

En abandon corporel, il incombe au psychothérapeute d'introduire ce mode de rapport, ce lieu thérapeutique, entre lui et ses clients. Il importe donc qu'il en ait une longue expérience intérieure. Que ce soit sur le plan verbal ou non verbal, sur le plan individuel ou en groupe, le rôle essentiel du psychothérapeute est de ne rien introduire qui soit extérieur à la rencontre. Il existe, certes, un espace et un temps définis, et, autant que possible, tout se passe selon les modalités qui respectent le cadre de la situation psychothérapeutique, mais il n'y a rien qui organise, rien qui protège de ressentir la présence de l'un ou des uns aux autres. Tout est mis en place pour que la vie, comme elle est en chacun, puisse émerger.

Cette mise en situation n'est possible et n'a de sens que dans le consentement du psychothérapeute à vivre sa propre angoisse et la menace que représentent pour lui les autres, et à recevoir tout ce qui se passe en lui, venant de lui ou à l'occasion des autres – en l'occurrence ses clients – comme lui appartenant. En abandon corporel, le psychothérapeute se place donc dans une position très vulnérable : celle d'être sans protection face à ses clients qu'il laisse à leur angoisse relationnelle. À moins de devenir défensif, il a à se recevoir dans tout ce qui est éveillé en lui à l'occasion des autres. Autrement, la distorsion est introduite, l'interdit communiqué, la culpabilité imposée, le changement sous mille formes exigé.

Cette position du psychothérapeute n'est jamais acquise, il doit sans cesse y consentir. Il s'agit d'un processus sans fin de se recevoir. Il s'agit également d'une position exigeante qui a à s'approfondir indéfiniment. Au cours des années, le psychothérapeute découvrira toujours en lui des interdits,

des refus de lui-même qui, une fois reçus, ouvriront de nouvelles avenues dans sa capacité de créer des conditions pour que la vie de ses clients puisse davantage être.

Telle est l'essence de ce qui se passe chez le psychothérapeute d'abandon corporel: prendre le risque d'être, de devenir tout ce qui est éveillé en lui à l'occasion de ses clients, et qui est son propre être. C'est dans cette mesure seulement que le ou les clients trouvent chez le psychothérapeute l'espace pour que leur vie comme elle est organisée en eux puisse être. Toute réserve chez le psychothérapeute par rapport à lui-même, tout ce qui est refusé ou non reçu se traduira nécessairement en une demande au client de changer ou de ne pas se laisser être dans tout ce qui pourrait, sous une forme ou une autre, menacer le psychothérapeute.

Il n'est pas difficile de deviner que cette position prise par le psychothérapeute établit un mode de rapport particulier entre lui et ses clients. Ce mode de rapport n'est pas une technique et ne fait appel à aucune, contrairement au lien psychanalytique ou à toute relation d'aide, qui en sont. Toute technique dirige et limite. Ce n'est pas là un jugement de valeur, mais une manière de situer l'approche d'abandon corporel dans ce qu'elle a de spécifique. Il s'agit d'un mode de rapport – initié par le psychothérapeute – qui fait place à la vie de ses clients comme elle est en chacun d'eux et qui ne recourt à aucune technique.

Ce mode de rapport, découvert et approfondi au cours de la recherche et de la pratique psychothérapeutique d'abandon corporel, est ouverture à soi et à l'autre, un mode de rapport qui permet tous les modes de rapport. Dans cette perspective, le mode de rapport le plus apte à favoriser le devenir du client est celui qui se vit réellement dans l'ici de la rencontre psychothérapeutique. Le fait pour le psychothérapeute de se placer dans la position de recevoir comme lui appartenant tout ce qui est éveillé en lui au cours des rencontres avec ses clients a pour effet que tous les modes du rapport vécus avec ses clients l'amènent à se

découvrir et à être davantage. Dans cette position, il y a place pour que chacun puisse être comme il est et que s'engage, lentement, le processus jamais terminé de recevoir la vie comme elle est en chacun.

Dans la situation psychothérapeutique, c'est d'abord dans le psychothérapeute que prend naissance et s'installe le processus de se recevoir. C'est à lui que revient également l'obligation de créer les conditions favorisant chez les clients l'entrée dans une expérience qui fait place à la vie comme elle est organisée en chacun. C'est aussi à lui qu'il incombe de découvrir – au cœur de son expérience consentie, de son être reçu – l'attitude, la parole reconnaissant et nommant l'être de l'autre.

Une position ontologique

L'abandon corporel est une position ontologique où tout est mis en œuvre pour que psychothérapeute et client soient amenés à consentir à être la vie organisée en eux. Contrairement aux approches qui mettent l'accent sur le changement, l'abandon corporel est essentiellement un appel à être et non pas à changer. Pour lui, le seul changement possible est dans le risque d'être soi-même, dans le processus jamais terminé de se recevoir globalement.

Une telle position a d'autres conséquences. Elle aborde l'être sans une définition *a priori* et elle le place dans les conditions de nous apprendre comment la vie est en lui. Il devient alors possible d'accéder à une connaissance qui ne soit pas uniquement une théorie parmi d'autres. Le risque d'être soi dans sa globalité donne accès à l'individu dans ce qu'il a de plus spécifique. Et c'est le plus spécifique en chacun qui, reçu, ouvre à la connaissance la plus universelle de la réalité humaine.

Autre conséquence de cette approche, qui touche cette fois à la connaissance: le consentement à être soi dans sa globalité précède le connaître. C'est dans le risque pris d'être soi que se révèlent de façon toujours nouvelle les lois profondes de l'expérience d'être. Pour un moment, on sort du

monde de la causalité, de l'accusation et de la culpabilité pour entrer dans celui de la paradoxalité.

Ce caractère ontologique, on le retrouve également en psychothérapie d'abandon corporel, dans l'ouverture globale faite à chacun. Une telle ouverture engage un processus en soi sans limites et sans fin. Les difficultés d'être de chacun ne sont jamais considérées comme étant uniquement des problèmes. Parce qu'elles s'enracinent non seulement dans l'expérience individuelle et familiale, mais dans l'histoire de l'humanité, et parce qu'elles constituent l'être de chacun, il y a à prendre la position de les recevoir, dans l'ouverture globale à soi. Une telle attitude place d'emblée la psychothérapie dans une perspective ouvrant sur toutes les dimensions de l'existence.

Une recherche

Les approches en psychothérapie sont de plus en plus nombreuses. Elles ont toutes des fondements qui leur sont propres et elles sont toutes porteuses d'une compréhension de l'être différente. Les plus reconnues sont recommandées par les instances officielles. On leur attribue des fondements scientifiques, par opposition à d'autres formes de psychothérapie qui n'auraient pas ces fondements.

Bien sûr, il peut exister des pratiques et même des approches peu recommandables, mais il ne faut pas pour autant exagérer l'importance de celles qui sont qualifiées de scientifiques. Les approches dites scientifiques étant nombreuses, il est évident qu'elles ne peuvent se fonder que sur certains principes et sur certaines théories et qu'elles ne peuvent donc offrir que des visions sélectives de la réalité humaine.

Toute théorie, dans l'ordre de la matière et surtout dans l'ordre de la réalité humaine, est nécessairement partielle et défensive, les chercheurs construisant à partir de ce qu'ils protègent d'eux-mêmes. Toutes les théories élaborées en vue de cerner la réalité humaine portent les traces des coupures et des difficultés d'être de leurs auteurs. Il en va de même des

psychothérapeutes, et le choix qu'ils font de telle ou telle approche parle aussi de leurs coupures et de leurs défenses respectives.

Il n'y a certes là rien d'anormal, mais cela permet de relativiser la prétendue objectivité des approches dites scientifiques, qui constituent, au même titre que de nombreuses autres approches, un apport dans la recherche pour mieux comprendre et aider l'être humain à devenir. L'être est le continent le plus difficile à explorer. Les mythologies, les religions et les sagesse de tous les temps ont cherché à en cerner les contours. La psychologie scientifique de notre temps tente elle aussi d'en explorer la profondeur, mais force est de constater qu'il reste encore beaucoup à découvrir, peut-être même l'essentiel.

L'abandon corporel, comme recherche et comme psychothérapie, veut apporter sa contribution et son éclairage à cette exploration. Il ne prend appui ni sur les acquis culturels ni sur les théories scientifiques. Cette approche place le débat non pas sur les méthodes de connaissance, comme le font la science et les approches scientifiques, ni sur les acquis du processus d'hominisation, comme dans les approches humanistes, mais à l'intérieur du rapport entre les humains, mettant en cause le psychothérapeute lui-même comme chercheur.

Dans le consentement à se recevoir globalement, ce dernier a à créer le lieu unique permettant à l'être du client dans sa globalité de trouver toute sa place. La connaissance de soi et de l'autre surgira du risque pris par le psychothérapeute d'être globalement soi, ce qui positionnera ce mode de rapport. Pour que la situation psychothérapeutique puisse livrer tout son sens, le psychothérapeute en abandon corporel prend bien soin de placer ses clients dans les conditions favorisant le mieux l'accès à leur vie, et, une fois assurée cette mise en situation, c'est sur lui que repose vraiment le processus thérapeutique.

Le psychothérapeute a bien sûr l'expérience de son propre cheminement en abandon corporel, et sa formation n'est jamais terminée. Il sait de l'intérieur, par des expériences

indéfiniment renouvelées, que chaque situation est unique et que l'issue n'est jamais acquise. Il a pu souvent constater à quel point chaque être est unique comme organisation, comme mémoire de l'histoire de l'humanité. Il sait enfin que chaque moment du cheminement a à trouver son sens, impossible à prévoir à partir de quelque théorie scientifique.

En ce sens, bien que le diagnostic et le plan de traitement constituent des limites réelles à une véritable ouverture à l'autre, on comprend leur importance dans des approches plus techniques et centrées sur le changement et l'efficacité. La recherche scientifique met l'accent sur la rigueur de la méthode, mais elle ne porte pas assez d'attention à la personne du chercheur. L'abandon corporel, même comme psychothérapie, est une position de recherche centrée sur le chercheur. Tout ce qui en lui est refusé de lui-même, dans son rapport à ses clients, l'amènera à se rabattre sur des théories connues et à formuler des interprétations de ce qui se passe chez eux au lieu de ne nommer que leur être.

La position du psychothérapeute chercheur sera donc de recevoir comme lui appartenant tout ce qui se passe en lui et spécialement tout ce qu'éveillent en lui ses clients. *Se recevoir* ou *recevoir*, cela veut dire accueillir, laisser être, prendre le temps de ressentir, ne pas empêcher. C'est un acte éminemment actif et toujours à refaire chaque fois que surgit un autre vécu, un autre événement. C'est tout le contraire du passage à l'acte, du refus, de l'interprétation, et ce n'est en rien une position de défaite ou d'humiliation. C'est l'acte d'existence, d'humanité par excellence. Et il s'agit non seulement de se recevoir, mais de se recevoir globalement. Il faut pour cela être ouvert à tout ce qui peut émerger de soi pour que ce qui surgira ait vraiment toute sa place. Le moindre interdit en soi, la moindre réserve viendront brouiller, amoindrir la capacité du psychothérapeute chercheur de vraiment recevoir comme lui appartenant tout ce qu'éveille en lui la présence de l'autre.

Cette position ontologique du psychothérapeute chercheur, ce risque d'être soi qu'il prend crée en lui,

momentanément, un espace sans coupure et sans défense : un espace pour que l'autre soit comme il est, sans qu'il soit nécessaire de l'interpréter, de lui interdire d'être ce qu'il est, de lui demander de changer, un lieu même pour ses refus et pour ses coupures de lui-même. De cette ouverture intérieure du psychothérapeute à lui-même peuvent alors surgir une connaissance de soi et de l'autre, des attitudes et une parole qui seront simple reconnaissance de l'être de l'autre. Cette qualité de discours amènera le client à se reconnaître dans sa vie comme elle est en lui et amorcera ce processus de se recevoir dans sa globalité.

Nous parlons ici de psychothérapie comme recherche et non pas comme fondée scientifiquement. Il peut paraître étrange d'affirmer que la psychothérapie d'abandon corporel ne revendique pas les fondements scientifiques tant recherchés par la psychothérapie officielle. C'est que ces fondements scientifiques ont un caractère limitatif et s'expriment dans des théories qui passeront plus ou moins vite. On comprendra facilement que les pratiques qui en découlent introduisent des limites dans les rapports client-psychothérapeute et qu'elles enferment l'être dans des modèles qui empêchent finalement les clients d'aller au bout d'eux-mêmes. Ce qui ne signifie pas, par ailleurs, que ces pratiques n'aient leur raison d'être et qu'elles ne soient d'une aide réelle pour un grand nombre.

La psychothérapie en tant que recherche est à la fois plus exigeante et mieux placée pour rejoindre l'être humain dans sa globalité. Elle n'introduit pas les limites des théories scientifiques et elle ne s'enferme pas dans les acquis de tout le processus d'humanisation. Elle prend le risque de la rencontre avec l'autre dans un mode de rapport – initié et soutenu par le psychothérapeute chercheur – qui fait place à la vie de chacun comme elle lui est parvenue, de façon unique, à travers tout le processus d'humanisation. Ce mode de rapport de non-interdiction face à la vie de chacun engendre un mouvement intérieur, un processus sans fin d'ouverture à soi, et ce risque d'être soi se révèle être un processus thérapeutique.

Une démarche

Une telle approche exige une implication totale, autant de la part du psychothérapeute que de celle du client. Un processus s'engage alors dont le projet premier n'est pas de guérir mais d'être, et c'est là un processus sans limites : nous ne finissons jamais de recevoir la vie que nous sommes. Les limites habituelles de temps, dans lesquelles s'encadre en général la psychothérapie, ne peuvent jouer ici car le véritable enjeu est le consentement à être globalement soi.

La position ontologique de cette approche en fait une recherche continue sur l'être humain, ouvrant d'emblée à une compréhension du sens profond de la réalité humaine comme projet de la matière. La psychothérapie d'abandon corporel est un projet sans limites qu'on pourrait qualifier de démarche incessante du devenir soi.

Cela s'explique du fait que les difficultés d'être de chacun s'enracinent dans les origines mêmes du processus d'hominisation. Aussi est-il insuffisant et injuste de vouloir tout ramener au rapport parents-enfants pour expliquer et rendre compte des problèmes que porte chacun d'entre nous. Par générations interposées, c'est toute l'humanité que chacun reçoit à travers ses parents. Ceux-ci sont pour chacun de nous les derniers chaînons, porteurs de cette humanité – enracinée en chacun de manière unique – qu'ils n'ont d'autre choix que de transmettre à travers leur être jamais vraiment apprivoisé ni reçu.

La vie en chacun de nous est plus complexe qu'un simple apprentissage et elle est marquée beaucoup plus profondément que par notre seule expérience parentale. Faire toute sa place à notre réalité humaine, jusque dans ses enracinements dans la matière et dans l'animalité, donne toute leur grandeur à nos difficultés d'être. Ce ne sont plus alors seulement des problèmes psychologiques, des maladies de tous ordres que nous portons, mais foncièrement des marques plus ou moins profondes ayant leur origine dans tout le processus d'hominisation que chacun de nous récapitule. Ces marques nous constituent, elles sont l'organisation même de notre être. Nous ne

pouvons vraiment que les recevoir et les porter. Engager un tel processus serait le début d'un changement considérable dans nos vies et dans l'humanité.

La psychothérapie, comme démarche, engage un processus ouvert à la globalité de l'être de chacun et, de ce fait, elle n'a pas de limites dans le temps. Le client choisit la durée qui lui convient. Le processus dans lequel il s'engage pourrait se poursuivre indéfiniment pour rejoindre des aspects de plus en plus profonds de son être et ouvrir sur des sens de plus en plus inclusifs de sa vie.

Pour cette raison, plus de clients choisissent de poursuivre en profondeur et dans le temps cette forme de psychothérapie-démarche. L'expérience s'élargissant toujours davantage, émerge une capacité de recevoir de plus en plus sa propre vie dans son organisation et de s'ouvrir à celle des autres de façon plus appropriée. L'approfondissement de la démarche, individuelle et en groupe, crée lentement un milieu où puissent se sentir reçues les personnes portant de grandes difficultés d'existence, jusqu'à la psychose même.

Plus encore, cette démarche permet une véritable expérience de la profondeur de la vie et une appréhension de son sens profond. Année après année, apparaissent lentement les contours de ce que peut être le désir humain, cette organisation de rapports – et du rapport – enracinée dans tout le processus d'hominisation et organisant le corps.

La recherche universitaire 'end à démontrer que la psychothérapie ne produit que peu ou pas d'effets mesurables. Cela ne prouve en rien qu'il n'y ait, malgré tout, des résultats bénéfiques dans la majorité des cas. Mais peut-être faudrait-il mesurer autre chose et autrement.

L'expérience a fait découvrir que chez quelqu'un n'ayant pas été rejoint dans les structures de son organisation de rapports et du rapport, rien de vraiment signifiant n'a été fait. Autrement dit, aussi longtemps que l'on n'a pas fait le chemin intérieur de recevoir en soi sa vie comme elle est, notre rapport à elle demeure ce qu'il était et rien de vraiment essentiel n'est accompli.

Or, nous ne pouvons rejoindre la vie comme elle est organisée en chacun de nous qu'en prenant le temps qu'il faut, sans définir la durée. Nous n'avons pas des problèmes, nous sommes, d'origine, problématiques. L'acharnement à ne vouloir traiter que des problèmes relève d'une compréhension insuffisante de la réalité humaine et d'approches conformes à une vision partielle de l'être.

Un dernier point et non le moindre : apprendre ce qu'est la vie humaine, comme elle est vraiment en chacun, implique avant tout d'être ouvert à tout soi-même, du moins momentanément. C'est ce qui situe cette expérience au-delà de toute limite d'espace et de temps, dans l'ici et le maintenant, rendant présents tous les espaces et tous les temps de soi-même et de l'être. Cette position ontologique ouvre sur ce qui constitue fondamentalement l'être humain et dont il sera question ultérieurement : l'interdépendance et la paradoxalité.

C'est dans la poursuite d'une telle démarche, s'approfondissant sans cesse avec des personnes engagées dans un même cheminement, qu'il est devenu possible, lentement, de comprendre et de formuler ces découvertes. Il ne s'agit pas d'une théorie mais de prises de conscience émergeant du fait d'être ensemble dans ce mode de rapport de façon continue, et ouvrant sur des possibilités de plus en plus grandes, des attitudes de plus en plus appropriées pour recevoir la vie et l'appréhender.

Au-delà des dichotomies

Notre expérience de tous les jours, si on y prête attention, nous fait rapidement reconnaître à quel point nous sommes, de mille manières, morcelés, pleins de divisions et de dichotomies. Cet état paraît si naturel qu'il est à peu près impossible de penser et de parler autrement. Il est très difficile de trouver des mots qui ne portent pas les traces de cette fragmentation. Quand, par exemple, nous disons le mot *corps*, nous découvrons qu'il nous renvoie à l'âme, à l'esprit, à

la psyché. Il ne s'agit donc que d'une partie de nous-mêmes par opposition à une autre partie.

À des degrés différents, ce doit être la même chose dans toutes les langues. Les dichotomies font partie de notre réalité humaine. Elles sont d'origine. Elles ont été essentielles à la survie des humains et au développement de l'humanité, mais elles portent des côtés négatifs qui vont jusqu'à la violence entre les humains, jusqu'aux inégalités, aux nationalismes à outrance, aux guerres de religion, au morcellement des connaissances, etc. Les catégories bon et mauvais, bien et mal, ciel et enfer ne sont porteuses ni de lumière ni de paix.

La psychologie et la psychothérapie n'échappent pas à cet effritement. La multiplicité des approches est déjà un signe de séparation : certaines s'adressent à la psyché, d'autres passent par le corps; certaines sont individuelles, d'autres de groupe, etc. Toutes ces dichotomies émergent de nos divisions intérieures, de tout ce qui en nous, de nous, n'est ni reçu ni même recevable. Le chemin pour trouver une fraternité réelle entre les hommes, pour arrêter la violence, résoudre les inégalités et unifier les connaissances passe nécessairement par l'intériorité.

Il faut trouver un passage qui serait un pont jeté entre les continents inexplorés de nous-mêmes pour lentement les apprivoiser. Cela permettrait de rapatrier en nous, progressivement, tout notre être dispersé dans des institutions, dans des systèmes de valeurs et de pensées de tous ordres. Mais, plus profondément, ce serait la découverte que toutes ces dichotomies – qui articulent notre rapport à nous-mêmes et aux autres et jusqu'à notre manière de sentir et de penser – prennent leur source dans l'occultation de l'ambivalence radicale de ce que nous sommes, dans tout ce que nous portons de douleurs et de détresses non reçues provenant de tout le processus d'humanisation qui nous constitue.

Le mode de rapport qu'initie l'abandon corporel met en place les conditions pour que s'engage ce processus de décloisonnement et d'intégration des dichotomies. C'est le consentement du psychothérapeute à recevoir comme lui

appartenant tout ce qui est éveillé en lui dans son rapport à chacun de ses clients, qui contient et qui est d'emblée toutes ces conditions. Cette position lui permet, au moins à ce moment-là, de rapatrier en lui tout ce qui de lui est accessible à lui-même et de porter ses propres ambivalences. Cet instant d'intégrité laisse à chaque client tout son espace pour être et s'exprimer à sa manière. Le psychothérapeute peut alors trouver en lui-même les mots, les attitudes qui laissent au client tout l'espace pour être comme il se présente et s'exprime, peu importe son degré de morcellement et de dépossession intérieurs.

Cette manière d'être du psychothérapeute laisse place à tous les modes de rapport qui peuvent se vivre – et non être agis – entre lui et chacun de ses clients, et la vie comme elle est organisée peut s'exprimer comme elle se présente. Des interdits ne seront pas subtilement communiqués, ni des demandes de changer camouflées. Ce lieu d'accueil, qui n'est véritablement rendu possible que dans le consentement du psychothérapeute à lui-même, s'ouvre à la totalité de l'être du client, lui donnant permission d'être ce qui, peu à peu, favorise en lui l'émergence de cette organisation de vie qu'il est.

Un processus s'engage chez le client et, de ce fait même, il doit se poursuivre chez le psychothérapeute pour pouvoir s'approfondir. Le mouvement intérieur devient possible et la vie arrêtée se trouve un passage. Les interdits et les culpabilités, les rages et les peines s'apprivoisent. Les lieux de mensonge et de fourberie, la détresse de la séduction et de tous les semblants peuvent lentement, dans ce consentement à être, se découvrir peu à peu une dignité inattendue : celle d'avoir été le meilleur compromis possible pour vivre, celle d'être soi.

S'intégrer intérieurement en recevant de soi tout ce qui en était coupé, séparé est un chemin jamais complètement parcouru. Mais chaque moment d'ouverture à ses détresses les plus intimes crée un espace intérieur plus large pour son propre être et, de ce fait, pour l'être des autres. Il devient

davantage possible, lentement, d'assumer ses aliénations et ses dépendances. Les pôles des dichotomies ne sont plus autant séparés et les absolus se relativisent. Le bien ou le mal, sous toutes leurs formes, peuvent devenir le bien et le mal inhérents à soi-même, donc à tous les autres et à toutes les choses.

Transcender les dichotomies qui séparent notre être de son intérieur, et tous les humains de mille manières entre eux, est un long chemin ouvert en soi vers la nuit des temps de nos appartenances. C'est ce long processus d'enfantement, à partir de la non-définition de la matière jusqu'à l'affirmation d'être, que chaque humain comme projet est appelé à accomplir.

Chapitre 2

Un mode de rapport qui est le corps

Une recherche sur le toucher

L'abandon corporel aborde sa recherche à partir de l'angle de regard qu'est son mode de rapport faisant place à tout l'être de chacun. Cette position particulière, rappelons-le, place la psychothérapie sur un plan ontologique, mettant l'accent sur la rigueur exigée du psychothérapeute comme chercheur et ouvrant la situation à la dimension d'une démarche englobant tous les aspects de l'existence. Une telle ouverture à l'expérience immédiate favorise un décloisonnement des catégories et un dépassement des dichotomies. C'est là la façon adéquate de rejoindre le particulier de chaque moment psychothérapeutique. C'est aussi la reconnaissance du caractère radicalement paradoxal d'une telle démarche.

C'est autour et à l'occasion d'une recherche sur le toucher que cette expérience a pris naissance. Après une longue exploration, s'est lentement imposé un mode de toucher qui fut nommé « toucher-présence ». Il s'agissait tout simplement de poser les mains de chaque côté du visage d'une personne étendue sur le dos en face de soi, pendant

une période définie, une heure environ. Au début, nous n'avions aucune idée de tout ce qui était impliqué. Il y avait seulement l'espérance que ce mode de toucher pourrait apporter quelque chose de nouveau. Nous le vivions, à ce moment-là, comme une intervention et une technique à améliorer. Rien de précis non plus n'était demandé à la personne touchée si ce n'est, durant le temps déterminé, de se laisser ressentir ce qui se passait en elle. La période fixée pour l'expérience étant terminée, chacun tentait de décrire, le plus objectivement possible, l'expérience vécue. L'exploration de ce mode de toucher et de l'expérience qu'elle faisait vivre à l'autre aurait pu tourner court si un événement dérangeant et intrigant n'était venu attirer notre attention : ce fut l'entrée dans l'involontaire.

Durant une de ces expériences, que nous vivions une fois par semaine, l'une des personnes impliquées est entrée lentement dans un état intérieur d'abandon à elle-même. Il s'est produit pendant un long moment des vibrations à la surface de son corps, puis des réactions plus fortes, comme des décharges énergétiques, se sont manifestées. Peu à peu, ces vibrations ont envahi son corps tout entier, qui s'est trouvé emporté par une vie intérieure, par un mouvement qui paraissait venir de nulle part. Le temps écoulé, cette personne n'eut aucune difficulté à arrêter ce mouvement et à sortir de cet état.

Un mois plus tard, environ, l'expérience s'est répétée chez la même personne. À partir de cet instant, il lui a suffi de se placer dans un état intérieur défini pour entrer dans ce type d'expérience et se laisser emporter dans l'involontaire. Il s'agit d'un état voisin de l'hypnose, dans lequel le contrôle volontaire est momentanément suspendu pour laisser place à tout ce qui émerge de soi. Après des semaines et des mois, les autres membres du groupe de recherche, chacun à sa manière, ont fait une expérience semblable.

Il n'y avait pas de doute dans notre esprit : cette expérience de l'involontaire était reliée au mode de toucher que nous étions en train d'expérimenter. Depuis près de 25 ans d'une recherche qui a trouvé son champ d'application

privilegié en psychothérapie, nous en sommes toujours à approfondir la portée et le sens de nos découvertes. Le toucher-présence du début est devenu le mode de rapport dont nous parlons dans cet ouvrage et l'involontaire nous a ouvert à une compréhension nouvelle de la réalité humaine.

Le toucher comme technique

Plusieurs années ont été nécessaires pour commencer à comprendre les véritables implications de ce mode de toucher. La recherche avait été amorcée dans la perspective d'explorer différents modes de toucher et de découvrir celui qui serait le mieux approprié. Il s'agissait de préoccupations techniques situées, par conséquent, dans une perspective de causalité. Rien n'a été ménagé pour améliorer au maximum la qualité de ce toucher, pour le rendre le plus efficace possible. Nous avons la conviction que plus serait intense la présence à l'autre, en lui communiquant la meilleure énergie possible, plus s'éveillerait en lui le processus involontaire. À certains moments, l'impression de réussir semblait sur le point de se confirmer, mais le temps et la réalité ont lentement fait apparaître avec évidence qu'il fallait chercher dans une autre direction.

Ne plus pouvoir nommer son expérience en termes de causalité et d'efficacité crée une impasse car tout en soi et dans son rapport au réel s'exprime et s'explique de cette façon. Comment qualifier alors un mode de toucher qui ne serait pas efficace, sans être inutile, et qui serait même le seul mode de toucher susceptible de favoriser l'accès à la globalité de l'être, à la vie comme elle est organisée en chacun ?

Durant une longue période, nous avons parlé d'un toucher établissant un rapport de concomitance. Ce toucher – qui n'est pas une intervention mais une simple présence – a pu éveiller chez l'un des souvenirs enfouis au plus profond de lui ; chez un autre, ce sont des pleurs qui ont surgi, des fantasmes ; chez un autre, des vibrations et des décharges énergétiques, ou même seulement des tensions et de

l'immobilité. Ce mode de toucher aura été l'occasion de laisser chacun dans un vécu qui lui soit propre: un toucher qui ne dirige pas la vie de l'autre, qui ne l'empêche ni ne la provoque.

Le toucher : un mode de rapport aux autres

Nous avons ensuite découvert que ce même type d'expérience pouvait se vivre aussi à travers les autres sens et même un certain mode de langage. Ces découvertes nous ont amenés à penser que tous les sens étaient une forme particulière du toucher et qu'il n'y avait finalement que le toucher. Il nous est aussi progressivement apparu que la forme de toucher par excellence était le langage.

Mais quelle que soit sa forme, le toucher est un mode de rapport aux autres, une manière d'entrer en contact. Il est certes possible de l'utiliser de différentes manières pour agir sur les autres, pour les séduire ou les contrôler, etc., mais au-delà de l'intention que l'on peut avoir, il faut bien se rendre à l'évidence que chacun a la qualité de toucher qu'il est. Toutes les formes du toucher, y compris celle du langage, traduisent l'organisation d'être propre de chacun, et donc de rapport aux autres. Toucher l'autre, le regarder et l'entendre, tout comme lui parler, constituent en chacun une même qualité de rapport qui s'enracine au plus profond de soi et qui va rejoindre chez les autres leur propre organisation d'être.

Il n'y a donc pas plus de magie dans le non-verbal que dans le verbal. Ce sont des modes d'expression d'une même organisation d'être, qui vont du plus immédiat et particulier au plus éloigné et universel. Mais chacun de ces modes de toucher, ou de rapport, exprime la vie de chacun dans ses coupures, ses refus, sa qualité d'être, et rejoint les autres de la même manière.

Consentir au mode de rapport que l'on est

Aller au-delà de la technique et donc de la causalité, en psychothérapie et dans la vie, implique de consentir à

toucher – regarder, écouter, entendre et parler – comme la vie est organisée en soi, car chacun a avec les autres le mode de rapport exprimant l'organisation d'être qu'il est, et non pas celui qu'il veut.

Le toucher-présence devient ainsi le risque de toucher avec son être : toucher comme on touche véritablement et non pas comme on le veut ou comme on le voudrait. Pour cela, il faut consentir à soi, à la vie comme elle est organisée en soi, comme à l'inévitable du rapport à l'autre.

C'est là la position de l'abandon corporel, une position qui n'est ni facile ni évidente. Comment imaginer et comprendre que la meilleure façon de toucher l'autre, et donc d'entrer en rapport avec lui, est précisément ce que l'on est ? N'est-il pas sans cesse demandé à chacun d'être mieux et autrement qu'il n'est pour rejoindre les autres et se faire aimer d'eux ?

Il reste un pas de plus à franchir : celui de se recevoir. Il faut consentir à ce que son rapport à l'autre, son toucher de l'autre soit ce qu'il est. Plus encore, il faut recevoir tout ce qui se passe en soi-même comme étant soi, ce qui implique de se recevoir globalement dans un processus toujours à poursuivre et à recommencer.

Ce n'est que dans la position de se recevoir, et de se recevoir globalement, que l'organisation d'être que l'on est peut avoir toute sa place et que chaque vécu particulier émergeant de soi à l'occasion de l'autre peut vraiment exister. Autrement, on retombe plus ou moins dans la confusion et le mélange, dans des rapports de causalité, d'accusation et d'utilisation. Il ne reste plus alors qu'à recourir à des techniques, verbales ou non verbales, pour tenter d'influencer la vie dans une direction ou une autre, dans la compromission la plus vivante possible.

Se recevoir : un espace pour soi et les autres

Le toucher-présence implique de toucher avec son être et de recevoir comme étant soi-même tout ce qui est éveillé, suscité en soi à l'occasion de l'autre. Il s'agit d'une position

ontologique de la part de celui qui touche, et, de ce fait, d'un lieu favorisant également chez celui qui est touché le consentement à être soi.

C'est aussi un lieu pour se différencier. Dans la position de se recevoir globalement, la personne qui touche devient un espace pour laisser à l'autre toute son expérience, jusqu'à ses refus, ses projections, ses attachements positifs ou négatifs. Pour celui qui est touché ainsi, tout est à recevoir, à être et non à changer, dans un processus sans fin qui sera la trame même de la différenciation et donc du changement.

C'est enfin un lieu pour se découvrir et se faire connaître dans son être, à chaque moment du processus, dans la mesure où celui qui touche consent à être touché et rejoint dans son propre être. Il devient possible alors pour celui qui touche – dans le processus actuel de se recevoir – d'apprendre et de reconnaître l'autre dans son unicité, à chaque moment révélée. Alors seulement peuvent émerger des réactions, des attitudes, des paroles qui ne soient pas une technique fondée sur une quelconque théorie, mais seulement une reconnaissance de ce moment précis de la manifestation de la réalité de l'autre.

Le toucher-présence est un mode de rapport qui n'est autre que le corps. Dans sa singularité et son immédiateté, il plonge dans la globalité de la matière et du corps et il en fait apparaître les dimensions d'interdépendance et de paradoxalité.

Chapitre 3

L'involontaire

L'involontaire comme ouverture à tout soi-même

L'involontaire a été une découverte, une réalité fort difficile à cerner. En tout premier lieu, nous nous sommes trouvés en présence d'une expérience assez spectaculaire. Comme on l'a déjà mentionné, des réactions neuromusculaires, venant en apparence de nulle part, ont d'abord envahi progressivement l'être tout entier d'un chercheur et, par la suite, les autres membres du groupe furent le théâtre de phénomènes analogues. Ce fut un tournant. Certains membres du groupe avaient l'intuition, sinon la certitude, que ce matériau nouveau pouvait ouvrir à une compréhension renouvelée de la réalité humaine.

Le rapport entre cet involontaire et le toucher-présence était alors loin d'être évident. En premier lieu, des liens de causalité furent explorés : il aurait suffi de perfectionner cette forme du toucher pour faire en sorte que de tels événements se produisent quasi à volonté. Cela aurait donné un toucher technique, tout simplement, mais la réalité s'est révélée tout autre.

Nous avons eu à apprivoiser l'entrée dans un autre univers, un espace et un temps différents, un mode de

rapport entre les êtres d'un tout autre niveau : le toucher-présence qui est le lieu même de l'involontaire. Ce mode de rapport est ouverture à la globalité de l'être de l'autre, mais à condition que celui qui touche se place lui-même dans la position de recevoir tout ce qui se passe en lui – venant de lui ou d'ailleurs – comme lui appartenant, et qu'il se reçoive globalement. Cette ouverture à soi, et donc à toute la réalité de l'autre, constitue déjà l'involontaire pour celui qui touche. Pour celui qui est touché, ce sera un espace favorable pour consentir lui aussi à se recevoir dans sa globalité. Il pourra néanmoins se refuser, se défendre, simuler, contrôler, agir. Il peut aussi arriver – il arrive même souvent – que celui qui est touché entre dans l'involontaire, dans le consentement à sa vie comme elle est organisée en lui, même si celui qui touche se refuse à lui-même – ce qui se produit surtout dans les sessions non verbales de psychothérapie de groupe.

Cet accès à l'involontaire – cette ouverture à tout soi-même – est l'entrée dans l'ici et le maintenant de ce qui se passe en soi. Tous les espaces et tous les temps que chacun est apparaissent sous la forme particulière et unique de ce qui émerge de chacun.

Ainsi, l'involontaire est avant tout cette position que l'on prend en abandon corporel de se recevoir globalement. Momentanément, c'est un au-delà de tous les interdits, une ouverture à tout soi-même donc et, de ce fait, à l'humanité entière. Ce n'est jamais un état permanent, il faut sans cesse consentir de nouveau à ce qui émerge en soi. Sans cesse, dans l'acte de se recevoir globalement, il faut refaire tout le chemin de la matière à l'esprit, qui actualise dans l'ici et le maintenant tous les espaces et tous les temps de l'être soi.

On comprendra alors la fragilité de cette position, son extrême exigence et sa grande rigueur. Assez rapidement sont apparues des conditions favorisant l'entrée dans cet univers. Par exemple, il est demandé à celui qui veut en faire l'expérience de ne faire aucun mouvement volontaire, de ne pas bouger même un doigt, ni défaire une tension, enlever une crampe, arrêter une douleur, rejeter un fantasme ou

refouler une émotion. Il importe également de suivre l'involontaire avec une grande fidélité, de ne pas le défaire volontairement et d'attendre là où l'involontaire a conduit qu'un autre mouvement vienne prendre la relève et aille là où va l'énergie.

L'involontaire est la confrontation à toutes les défenses et à toutes les coupures en soi. C'est la vie dans sa plus grande vulnérabilité. Tout refus de soi l'arrête. Tout jugement, tout mépris venant de l'extérieur risque de trouver en soi des connivences qui le feront apparaître ridicule, à moins de pouvoir alors recevoir comme soi-même ces réactions et trouver de nouveau cette ouverture à la globalité de soi, à laquelle il faut sans cesse revenir. Tout de soi est à recevoir et, une fois reçu, est soi.

L'involontaire comme matériau

On l'a dit, l'involontaire constitue également un matériau. C'est la mémoire corporelle, l'inconscient de l'humanité et de chaque individu. C'est l'organisation du corps, c'est le corps lui-même, le corps humain. Il est bientôt devenu évident qu'en plus des réactions neuromusculaires, tout de soi pouvait émerger de l'involontaire : fantasmes, émotions, souvenirs, traumatismes, etc., mais également immobilité, vide intérieur, tensions, sentiment de n'aller nulle part, de perdre son temps, d'être emporté dans ses préoccupations intérieures, ou toute autre manifestation.

L'involontaire, comme contenu, c'est tout ce qui est soi, ce qui se passe en soi, pour peu que l'on se place dans la position de se recevoir tel qu'organisé en soi. Tout devient ainsi mouvement intérieur, même l'immobilité. Tout ce qui se passe dans ce processus infini d'ouverture à soi prend une égale importance. Il devient relativement facile de saisir ce qui est spécifique à l'involontaire : ce n'est pas ce que l'on a le désir de faire ni une expression de sa spontanéité, et c'est encore moins une forme quelconque de passage à l'acte. Ces formes d'expression constitueraient du mouvement extérieur

dans l'espace et le temps continus, relevant de la causalité et des défenses et donc d'un certain niveau de coupure avec soi-même, en soi-même. L'involontaire est, au contraire, le consentement, l'état d'ouverture à tout soi-même, laissant toute la place à l'événement particulier, l'ici et le maintenant. C'est le temps de l'être qui est, du même coup, ouverture à tous les espaces et à tous les temps, et, de ce fait, enclenchement d'un processus sans fin d'être.

L'involontaire est un au-delà du monde de la causalité, de la temporalité, de la culpabilité et de l'accusation. Il émerge dans un rapport à soi sans interdits et sans compromissions. L'abandon corporel est la découverte progressive de ce mode de rapport, qui est en lui-même toutes les conditions favorables pour que se fasse le passage du mouvement extérieur au mouvement intérieur, du monde des coupures et des défenses à l'ouverture globale à soi et à un dépassement de toutes les dichotomies.

DEUXIÈME PARTIE

*Un regard de décloisonnement
sur la réalité humaine :
de la matière à l'esprit*

Chapitre 4

Le corps : mémoire individuelle et collective

Ouverture à soi et connaissance

Ce mode de rapport particulier à soi et aux autres ouvrant toute grande la porte au mouvement et au processus intérieurs s'articule à tout le processus d'hominisation et de ce fait à toute la réalité. L'être humain et l'humanité apparaissent progressivement comme un seul et même projet qui consisterait à accomplir les possibilités de la matière dans un mode de rapport qui serait tout le corps.

On l'a dit précédemment, un tel mode de rapport constitue une position de recherche centrée sur le chercheur. Dans cette perspective, l'essentiel se résoudra toujours dans le risque de se recevoir globalement et donc d'être soi. C'est là une position ontologique qui ouvrira sans cesse de nouvelles avenues, sur le plan de la connaissance, tout en renouvelant et en approfondissant les compréhensions déjà acquises. Ainsi, la vision qui émerge du risque d'être globalement soi aura toujours à revenir à la position qui l'a fait naître et qui la fonde. Autrement, elle perdra son caractère ontologique et apparaîtra simplement comme une théorie parmi d'autres.

De façon générale, l'accès à la connaissance n'a pas cette exigence, ni chez les chercheurs qui font progresser la connaissance dans tous les domaines ni chez les philosophes et les théologiens qui réfléchissent sur les réalités humaines et divines. On ne retrouve pas non plus une telle exigence dans les religions et les sagesse connues, ni à plus forte raison dans la vie ordinaire.

On comprendra sans peine que les premiers humains, à l'origine de ce long et lent processus de devenir, n'avaient pas en eux de lieux pour se recevoir dans leur globalité. Ce n'est que progressivement, et assez récemment dans l'histoire, que des êtres ont poussé très loin cette expérience. Il a fallu tout ce temps, des millions d'années, pour que le processus d'homínisation atteigne ce point de maturation permettant cette aventure intérieure du risque de tout soi-même. Des hommes comme Bouddha, Socrate, le Christ ont surgi quasi en même temps dans l'histoire, marquant, chacun à sa manière, et son milieu et l'humanité entière. Il en va de même des grands mystiques. Toutes les sagesse et toutes les religions participent de cette même expérience privilégiée.

L'abandon corporel est d'une certaine manière la laïcisation de cette expérience intérieure. Il a permis d'en découvrir les conditions favorisantes. Cette aventure unique à chacun ainsi que les conditions qui la rendent possible sont à la disposition de ceux et celles qui voudraient entreprendre un tel chemin intérieur, qui s'avère être un lieu profondément psychothérapeutique.

Avant tout, l'abandon corporel est le risque d'être soi. Il ne constitue pas une approche du savoir, mais ouvre à la connaissance qui aura les dimensions de l'être. Cette ouverture globale à soi, plaçant chacun au-delà de ses coupures, engagera un processus obéissant à la loi de la paradoxalité et non à celle de la causalité. Toute connaissance qui se situe en deçà des coupures et des défenses non reçues restera nécessairement dans la causalité. Le risque pris par le connaissant, ou le chercheur, par rapport à lui-même détermine

son accès à la connaissance. Toute coupure, toute défense même inconsciente agira dans toute recherche comme un écran à la connaissance et au sens.

Le non-reçu et l'irrecevable de soi-même sont à l'origine des multiples théories tentant de définir l'être humain, des discours philosophiques si divergents et du nombre croissant de formes de psychothérapie. Il en va de même des sociétés, des religions et des croyances. La multiplicité des formes qu'a empruntées la vie humaine dans l'espace et le temps, depuis son origine jusqu'à son terme, puisera toujours ses racines dans les divisions et les coupures intérieures de chacun. Pour en arriver à reconnaître une seule humanité, faisant toute sa place à l'unicité de chacun, il faudrait nécessairement que chacun risque l'aventure intérieure de se recevoir globalement.

La position ontologique prise par l'abandon corporel de privilégier l'expérience d'être ouvre à la connaissance de l'être humain des avenues nouvelles. Elle situe d'emblée la connaissance au cœur de l'être et au-delà de l'espace et du temps continus, intégrant tous les espaces et tous les temps de l'être soi. L'ouverture globale à soi constitue un mode de rapport qui fait toute la place à soi ainsi qu'aux autres. Ce mode de rapport intègre, dans l'ici et le maintenant, tout le processus du devenir de l'être humain. Dans sa globalité, il fait place à tous les modes de rapport du devenir intérieur de chacun tout autant qu'à celui de l'humanité entière.

Ouverture à soi et rapport aux institutions

On comprendra que ce n'est que très lentement qu'il a été possible de donner toute son importance à la position ontologique prise par l'abandon corporel, éclairant alors près de 25 ans de recherche et de pratique en psychothérapie. La réflexion a émergé petit à petit, à partir d'expériences vécues. Peu à peu, des liens sont apparus entre des concepts en apparence contradictoires. Cette position ontologique d'ouverture globale à soi a laissé progressivement

apparaître le caractère paradoxal de l'être, et cette découverte a donné encore plus de poids au mouvement intérieur, l'involontaire.

Le risque pris d'être tout soi-même, c'est l'involontaire comme attitude intérieure à renouveler sans cesse, l'acquiescement à laisser la vie apparaître comme elle est organisée en soi. Et c'est alors que prend naissance le mouvement intérieur, l'involontaire, comme expérience et comme contenu, de caractère fragile, à prendre et à renouveler sans cesse. La moindre réserve, le moindre refus, et tout est à recommencer : il faut se replacer dans la position de se recevoir globalement. Tout est soi, même ses refus antérieurs ou à venir. Chaque vécu nouveau, venant de soi ou des autres, sollicite une même ouverture à laquelle il y a à consentir.

Toute réserve, tout refus devient un interdit, fonde une morale, éveille la culpabilité, justifie l'accusation et ramène à la causalité. Toutes les formes de sociétés et de civilisations émergent de coupures. La culture sous toutes ses formes surgit de nos divisions intérieures et cherche une voie de dépassement. Là semble être le moteur de l'histoire humaine : chercher un mode de rapport qui serait tout le corps et qui de ce fait l'accomplirait; un mode de rapport qui, s'ouvrant à chaque moment à la globalité de soi et des autres, lèverait à mesure tous les interdits qui arrêtent le mouvement intérieur. Ce serait alors l'entrée dans un processus d'appropriation de soi à l'infini.

L'être est le produit de ses propres créations que sont les institutions et il aura à récupérer en lui ce qu'il a placé en elles, en se recevant lui-même. C'est là une question fondamentale. Quand chacun accède à la conscience, il est déjà une institution. Dire que cet état d'être ne dépend que des parents ou de la société n'explique rien, et se pose alors de nouveau la question de savoir qui a bien pu institutionnaliser les parents et la société.

Chaque être humain est un corps, une organisation corporelle, un certain mode de rapport, qui expérimente et

comprend la vie d'une certaine manière, se reconnaissant des affinités avec certains groupes de personnes, certaines idéologies, certaines croyances. Ces limites proviennent du manque de soi. Elles ne sont pas que la marque et l'expression de sa profonde individualité, elles sont aussi l'absence de soi. Elles ont à être reçues pour devenir le lieu de l'accomplissement de soi. Autrement, elles engendrent la violence et la souffrance de ce monde.

Chaque être humain et l'humanité entière émergent d'un processus d'institutionnalisation très long et d'une radicale ambivalence. Ce qui leur permet d'être et de devenir est en même temps ce qui les limite et risque de les détruire. Chacun arrive à la vie marqué de façon unique par tout ce processus qui est déjà un lieu de lecture du réel, et il rencontrera des parents ou leurs substituts qui porteront les mêmes traces non reçues du processus d'hominisation.

Chacun, à travers ses lignées d'appartenance et sous une forme unique à chaque moment de l'histoire humaine, porte toutes les traces de ce qui n'a pas été reçu dans l'humanité. Chacun, pour s'accomplir, a donc à se recevoir comme le résultat de ce long et douloureux processus de s'inventer et de se créer. L'avenir de l'humanité passe par son passé, un passé reçu à chaque moment de son devenir.

Chapitre 5

Les débuts de l'humanité

Tout vient de la matière

La position ontologique prise par l'abandon corporel amène à poser des questions fondamentales sur la réalité humaine. Elle est toutes les interrogations et fait entrevoir des réponses nouvelles. Il n'est pas possible à ce niveau de questionnement, qui dépasse toutes les dichotomies, même celle de l'espace et du temps, même celle aussi de l'un et du multiple, de vraiment comprendre ce qui se passe en soi sans poser les questions de l'origine et du sens de soi et de l'humanité entière.

Dans l'acte toujours à renouveler de se recevoir globalement s'engage un processus infini qui va bien au-delà de l'histoire individuelle, rejoignant tous les interdits, violences, douleurs et peines du devenir humain. C'est l'être institutionnel qui est mis au jour, inventeur et produit de ses propres créations, l'être émergeant de l'animalité et accédant à l'humanité à partir de l'absence et du manque de lui-même. Comme projet.

Placer l'approche de l'abandon corporel dans ce mode de rapport qui laisse toute sa place à la réalité de chacun fait

apparaître l'individu comme une organisation et une manière uniques de porter, d'être l'humanité entière. Cette présence en soi de l'humanité entière comme organisation de soi définit son rapport aux autres et au monde. Ce mode de rapport à travers lequel chacun manifeste son unicité est en même temps la révélation de ce qu'est essentiellement l'humanité: une longue quête pour parvenir à un mode de rapport qui pourrait faire toute sa place à l'être de chacun et où chacun pourrait faire toute sa place à chacun des autres.

Ce n'est pas là une utopie, ce projet est dans les limites des possibilités humaines. C'est ce qui se passe effectivement pendant un temps limité entre un petit nombre de personnes, dans des circonstances privilégiées. Et cela semble être le fond même de la démarche de l'humanité : chercher ce mode de rapport qui pourrait résoudre les inégalités, reconnaître les différences, faire disparaître les abus de tous ordres, les violences sans nom ainsi que la souffrance sous toutes ses formes.

Mais c'est toujours une conquête difficile et, la plupart du temps, impossible. L'être humain n'est pas ce qu'il veut. Il est la résultante d'un long processus qui émerge de la matière en passant par l'animalité et qui porte plus de six millions d'années de tâtonnements et d'angoisses. Il est chargé de tout ce qui l'a fait devenir. Il s'insère dans cet immense projet du processus d'hominisation en le portant en entier comme organisation de lui-même.

Tout vient de la matière, de l'immanence, et, à moins de faire intervenir des puissances extérieures, force est d'aller en celle-ci chercher toutes les dimensions de la transcendance. L'abandon corporel tente de s'en tenir à l'expérience et il n'est refus d'aucune dimension de la réalité qui pourrait s'imposer à elle. Mais à ce jour, il n'en a expérimenté aucune qui ne puisse trouver un éclairage satisfaisant dans l'immanence seulement. Dire que tout vient d'en bas ne nie en rien la profondeur du spirituel et du sens, même celui qui ressort des plus grandes traditions.

Il y a eu un commencement à l'humanité. Dans un certain temps et un certain espace sont apparus des êtres qui

sont nos ancêtres. Ils portaient en germe ce que nous sommes devenus. C'est dire que, du moins en quelque chose et sous certains aspects, ils étaient déjà différents des formes de vie animale qui les entouraient. Dans la perspective où se place l'abandon corporel, cette différence ne pouvait toucher, avoir trait qu'à un mode de rapport autre que ceux vécus dans le monde animal. Ils étaient des animaux participant du monde animal, mais avec en plus, peut-être, un développement légèrement supérieur du cerveau : une capacité d'imaginer, d'inventer, de fantasmer, de créer, un développement anatomique, une matière à peine plus évoluée, plus intelligente, mais assez pour semer et engager le processus civilisateur.

Les animaux ne créent pas de civilisation. L'action arrêtée, les soumissions au service de l'espèce n'inspirent jamais des œuvres d'art, ni ne génèrent une action politique. Générations après générations se répètent à peu près les mêmes gestes et les mêmes comportements. L'être humain pourrait bien être né de sa capacité de fantasmer, d'inventer et de créer, de faire surgir d'autres formes de vie et d'institutionnaliser, pour encore se réinventer. Une longue quête de soi se serait ainsi amorcée, mettant sans cesse en présence des forces de stabilité et d'indifférenciation ainsi que des forces de création et de plus grande différenciation. Les humains n'ont pas *a priori* de lieu où se reposer longtemps. Il faut sans cesse reprendre la route. Il est dans la nature humaine d'avoir à devenir pour être et d'avoir à s'inventer pour se découvrir, dans un processus sans fin. C'est une longue aventure dont la direction est donnée d'avance, mais dont les chemins toujours à inventer et à construire présentent tous les dangers.

Le caractère dichotomique d'origine : l'ambivalence

La vie humaine, comme mode de rapport à devenir, est née dans le manque, l'absence de soi : tout était à inventer, à créer, à devenir, mais en dehors d'un soi pour ainsi dire inexistant. Les premiers individus ou groupes d'individus

que furent nos ancêtres n'étaient pas des corps humains, mais des corps animaux porteurs d'une humanité possible dans leurs fantasmes. C'était là une réalité radicalement dichotomique: un corps plongeant toutes ses racines dans l'animalité et une lueur d'esprit, d'humanité, sans support corporel, dans l'air, dans les nuages, dans le vide. Toutes les dichotomies qui ont marqué la réalité et la pensée humaines prennent leur source dans cette dualité originelle. La forme et les contenus de ces dichotomies surgiront, à mesure, du processus d'hominisation.

C'est de ces parents-là et dans ce mode de rapport minimalisent humain que sont nés les premiers enfants. Il n'y avait que peu de place en eux pour se recevoir dans leur humanité et pas davantage à l'égard de leurs enfants. Le processus de devenir humain s'est engagé dans l'absence et le manque d'un corps minimalisent humanisé, et conséquemment sans intériorité possible, sans lieu pour être. Cet état devait être très semblable, et pourtant différent, de ce que l'on appelle aujourd'hui la psychose et qui est une humanité irrecevable.

Dans cet univers, tous les autres – même ses proches et ses propres enfants – ne pouvaient être perçus que comme dangereux, porteurs de tout le mal, de toutes les violences. On peut penser à un mode de rapport proche de ce que l'on nomme aujourd'hui la paranoïa. Percevoir l'autre comme menace, comme ennemi, et lui faire porter tout ce que l'on ne reçoit pas de soi – et dans le cas de nos premiers ancêtres, tout d'eux-mêmes – c'était peut-être jeter les bases de l'altérité, de la fraternité humaine, de la nécessité de l'autre pour devenir, apprendre et apprivoiser son être. Dès l'origine, le rapport à l'autre contenait en projet toutes les institutions à venir et, par elles, l'apprivoisement de l'irrecevable de soi, laissant peu à peu sa place à l'autre, non fantasmé, mais réel.

Ainsi, les premiers rapports ont pris naissance dans des êtres incapables de se recevoir, si ce n'est minimalisent, des êtres de fantasmes pas encore portés par l'institution, des êtres de manque et d'absence, donc des êtres de besoin liés

aux autres par la seule nécessité et par un ancrage du désir. On peut imaginer des êtres d'une grande fragilité, enfermés dans un univers intérieur purement narcissique et ne pouvant créer que des rapports sadomasochistes avec leurs semblables : un mode de rapport d'une menace extrême pour tous.

Un tel mode, laissant pour ainsi dire en dehors toute humanité et ne la portant qu'en projet, ne pouvait être essentiellement qu'ambivalence. Tous les gestes de cette humanité naissante, tous les rapports entre individus ou groupes d'individus portaient nécessairement le sceau de cette ambivalence. Tout geste pouvait tout autant donner la vie que la mort, et cette ambivalence constitutive n'était pas seulement liée à la bonne ou à la mauvaise volonté de cette humanité naissante.

Dans une telle absence à elle-même, un tel morcellement et un tel univers de dichotomies, l'humanité est née, Du manque a surgi le processus civilisateur. De là l'humanité a dû tout créer et tout inventer. Tout instrument civilisateur et toute institution seront marqués par la dépossession d'origine, l'ambivalence radicale à apprivoiser et à résoudre. La moindre avancée et les plus remarquables comme l'élaboration des mythologies et des grandes religions, les découvertes de la philosophie et des sciences modernes n'en portent pas moins le sceau de l'ambivalence : force de vie et force de mort tout à la fois.

Le devenir humain s'est fait sous le signe du changement et du narcissisme, tentant d'échapper au pôle négatif de l'ambivalence afin de se faire des formes de vie meilleures. Mais, en même temps que des acquis importants ont pu s'installer, tout le non-reçu a continué de laisser des traces de plus en plus évidentes et chaque individu résulte de ce manque de soi au cœur de lui-même. La force incommensurable de devenir qu'est l'humanité est cette même force qui pourrait la détruire. Aussi le risque de se recevoir globalement pourrait bien devenir la seule alternative, autant pour les individus que pour l'humanité tout entière.

L'irrecevable ambivalence et le problème du mal

Il n'est pas besoin d'être fin observateur pour se rendre compte que la souffrance fait partie de la vie de chacun et de l'humanité entière. Jamais la conscience de cette souffrance n'a été aussi forte. À travers les médias, elle nous rejoint de partout et prend toutes les formes : la faim, la pauvreté, la maladie physique et mentale, la violence, la mort, etc.

À travers ses mythes, ses sagesses et ses religions, l'humanité s'est donné des explications. Elle a aussi proposé des solutions, des manières d'agir propres à résoudre pour soi le problème du mal, en accord avec les explications proposées. Ces approches de la réalité ne sont pas permutable. Elles impliquent des attitudes et des comportements différents de la part de leurs adeptes. Celui qui croit à la réincarnation ne vit pas son rapport à la matière, au corps, aux autres de la même manière que le chrétien qui croit à la résurrection. Mais les deux cherchent à résoudre le même problème du mal, lié dans les deux cas à la matière. Le premier met toute son énergie à quitter définitivement la matière, consacrant la rupture entre matière et esprit et y trouvant son accomplissement. Le second espère garder son lien à la matière et la retrouver débarrassée de ses contraintes, glorifiée.

Les explications et les solutions données par les grandes traditions orientales et occidentales au problème du mal ne satisfont plus un nombre croissant de personnes. Peut-être ont-elles en grande partie joué leur rôle. Peut-être la souffrance est-elle assez apprivoisée pour que l'on puisse commencer à la regarder en face et chercher à la comprendre en dehors de toute institution.

L'approche d'abandon corporel est un éclairage jeté sur cette question si angoissante. Elle est un lieu pour regarder de façon différente cette réalité et tenter d'en discourir autrement. D'un seul regard, elle fait voir l'être humain dans son origine, son devenir et son accomplissement. Étant une recherche et un processus sans limites dans l'espace et le temps, l'abandon corporel ne peut parler que de ce qui

émerge au moment présent, sans préjuger de ce qui pourrait apparaître dans le futur.

D'une façon plutôt abstraite, on pourrait dire que le mal est l'enfermement dans l'espace défini et dans le temps continu de l'avant et de l'après, un enfermement qui garde l'être dans la logique de la causalité. Les questions sont alors posées à un niveau où il n'y a pas vraiment de réponses satisfaisantes aux grands problèmes. Qu'y a-t-il après la mort ? Pourquoi est-ce que je souffre ? Qui peut répondre à de telles questions autrement que sur un plan religieux, à partir de croyances *a priori* ? S'il n'y avait pas d'après, si la vie et la mort étaient le lieu de la lumière et du sens à explorer ? Et si l'explication de la souffrance en chacun n'était pas causale ? Ce n'est pas uniquement parce que j'ai eu de tels parents que je suis ainsi, et pas davantage parce que je suis mauvais. Avec la causalité apparaissent nécessairement la culpabilité et l'accusation et nous aboutissons à des rapports sadomasochistes où personne n'est jamais vraiment là où il est, ne fait vraiment ce qu'il fait et ne prend vraiment le risque de savoir qui il est.

Et si le mal venait du manque de soi, de la coupure en soi, prenant ses racines dans l'origine de l'humanité et dans le processus d'humanisation ? Car le mal est constitutif de la réalité et il existe comme division incontournable de l'humanité et de chacun des individus. Le mal fait partie du projet et du processus de devenir humain. L'espace et le temps continus, la causalité, l'accusation et la culpabilité, et donc le sadomasochisme, sont partie inhérente de tout le devenir humain. Ce n'est que dans l'acte de se recevoir globalement qu'il est possible d'entrevoir le sens de cette souffrance. On pourrait dire que, pour la matière, l'être humain est la possibilité, la chance de résoudre ses problèmes de finitude et d'accomplir ses dimensions spirituelles; la possibilité de passer du temps qui s'écoule à l'actualisation de tous les espaces et de tous les temps, dans l'acte de se recevoir et de porter le mouvement intérieur jusqu'à son origine pour l'ouvrir jusqu'à sa finalité et à son sens.

Parler du problème du mal mène dans toutes les directions à la fois. Dans l'espace-temps linéaire, nous sommes matière, biologie, anatomie. Nous sommes alors nécessairement soumis à un commencement et à une fin, et même à des accidents de parcours. La naissance, la maladie, la mort sont inscrites dans la réalité que nous partageons avec les animaux. Mais le vécu, le sens donné, le rapport ne sont pas les mêmes. Les animaux sont toujours aux aguets pour protéger leur vie sans ménagement contre tout ennemi. Et pourtant, ils font partie de la chaîne alimentaire et s'entre-dévorent sans le moindre souci. Nous participons à ce carnage, avec, chez un petit nombre, de sérieux scrupules, mais pas assez pour arrêter les humains de se nourrir de chair animale ni même de se vêtir de fourrure.

Dès qu'on accède au plan humain, tout prend d'autres dimensions, autant les meilleures que les pires, et cela, même après des millions d'années de devenir. Que ce soit, par exemple, l'énergie sublime déployée par une équipe médicale pour transplanter un cœur à une personne menacée de mourir, ou le déchaînement démesuré de tout un peuple pour perpétrer un génocide, l'ambivalence humaine est sans limites.

Toutes les créations humaines portent cette ambivalence. Les grandes religions et les sages ont de tout temps joué un rôle d'humanisation fondamental. Leur discours sur Dieu est un discours sur l'homme. Leurs actions concrètes sont essentielles à beaucoup d'individus et à des communautés entières. Mais elles ont aussi été à l'origine de violences extrêmes, d'injustices déguisées, d'emprise sur la vie. L'Inquisition, les guerres de religion, les fanatismes passés et contemporains en témoignent.

Le meilleur et le pire coexistent partout. Une analyse sommaire de toutes les institutions produites par les humains que nous sommes – que ce soit sur le plan de la pensée, de l'art, de la politique ou de l'économie – ferait toujours, sous des formes différentes, ressortir la même ambivalence. Tout ce qui émerge des humains, dans ce long

processus de devenir, porte les traces du pas encore devenu, du pas encore reçu. Tout ce que produit l'humain est institution, y compris lui-même. Tout est lieu pour cacher et exprimer, pour se déposséder et apprivoiser, dans l'espoir de pouvoir enfin être.

C'est ainsi que toutes nos pensées, nos actions, nos productions, nos symbolisations portent l'incontournable caractère d'institution et, du même coup, l'ambivalence d'origine. Cela est vrai de la sexualité en général, de l'amour, de la violence, de la folie, de la maladie et de la mort. Tout ce qui est perçu ou exprimé l'est à partir des coupures intérieures.

Dans le processus de devenir, l'être humain est essentiellement institutionnalisant, autant dans ce qu'il reçoit que dans ce qu'il crée, dans la mesure même où il est institutionnalisé. Il l'est d'autant plus qu'il est coupé de lui-même, en manque d'être. Tout ce qui de soi n'est pas reçu ou recevable aura à se faire un chemin sous une forme d'institution ou une autre et dans la dépossession. Quel que soit le terme choisi, la vie, l'énergie, le rapport et le désir finissent par se faire un chemin. Ils sont une force irrépressible.

Le mal, la souffrance proprement humaine, plonge ses racines dans l'origine de l'humanité. On peut imaginer un niveau d'être dépassant à peine celui de l'animalité, juste assez pour que s'amorce le processus civilisateur et se crée un mode de rapport minimalisant humain. Ce nouveau mode de rapport, rappelons-le, a pris forme chez des êtres en manque d'eux-mêmes. Dans le pur fantasme, les premiers signes d'humanité ne pouvaient faire place aux autres en tant qu'autres. Ce n'est que de la nécessité qu'ont pu surgir des institutions, rassemblant des petits groupes et accueillant les aspects marginaux des individus, à la mesure de ce que chacun pouvait recevoir de lui-même.

Cette réalité fondamentale, l'abandon corporel ne cesse de l'approfondir : l'être humain ne peut s'ouvrir davantage aux autres qu'il n'est accueil à lui-même. Si quelqu'un prend le risque de se recevoir globalement, il lui devient possible de

recevoir les autres en lui. S'il n'a pas d'espace en lui pour se recevoir, comme cela fut au début de l'humanité ou est toujours dans certaines formes de psychoses, il ne peut que rester hors de lui-même et des autres.

Les premiers rapports humains ont jeté les bases de tout ce que pouvait devenir l'humanité. Celle-ci n'était qu'intériorité virtuelle, pur projet à devenir. L'autre ne pouvait être que fantasmé, nullement appréhendé. Il était lieu de projection pure. Leur devenir liait irrémédiablement les êtres. Mort et vie étaient le même geste, le même regard, la même rencontre, un univers de dichotomies et d'absolus, chacun étant selon soi le bien et les autres, le danger et le mal.

On comprendra facilement le caractère essentiellement sadomasochiste d'un tel mode de rapport. Précisons que dans la perspective de l'abandon corporel, tout rapport humain qui n'émerge pas du risque de se recevoir globalement est qualifié de sadomasochiste. Car le non-reçu de soi trouble de mille manières le rapport aux autres et peut se traduire par du mépris, de la séduction, du dégoût, de l'accusation, de l'utilisation... Il paraît évident que les premiers rapports se sont développés sous le signe du narcissisme absolu. Ces modes ont dû se transposer dans les institutions qui se sont formées depuis le début de l'aventure humaine. Les institutions ont justement comme fonction, entre autres, de gérer et d'apprivoiser le sadomasochisme.

Le sadomasochisme n'est pas seulement une tendance d'origine, il est le mode de rapport du processus d'hominisation. Il est aussi, sous un mode dilué, celui de la vie de tous les jours. Assumer, recevoir tous ces modes de rapport que nous sommes chacun et être toute l'humanité depuis son origine, voilà ce qu'il reste à faire. Chacun est de façon unique l'organisation qu'il est, porteuse de tout le poids de grandeur, mais aussi de souffrances et d'ambivalence de tout le processus d'hominisation. Nous sommes des êtres devenus, point d'arrivée de ce processus, et nous avons à devenir qui nous sommes devenus. Le chemin à parcourir n'est pas plus facile que celui déjà accompli. Il y a à consentir

au manque originel et à la dépossession sans laquelle aucun devenir n'aurait été possible.

L'humanité a commencé dans l'irrecevable le plus total, sans lieu pour se recevoir, sans corps humain, et tout le processus d'homínisation s'est poursuivi sous le même signe. À l'irrecevable originel, se sont ajoutés l'irrecevable et le non-reçu du processus d'homínisation. Le corps est l'organisation, la mémoire vivante de ce long et douloureux enfantement. Chaque être est le projet incommensurable de réhabiliter et d'accomplir, en la recevant comme étant soi, l'humanité. C'est le seul chemin pour aller au-delà du mal et de la souffrance, en les recevant comme soi-même : émergence de soi dans le risque de se recevoir globalement; incarnation et devenir sans fin ; interdépendance et donc existence des autres en tant que soi-même.

Grâce à l'aptitude innée et acquise de créer et d'institutionnaliser, le corps et la matière sont lentement entrés dans une autre dimension, celle de l'esprit. Même si l'esprit a surgi de la matière comme virtualité de celle-ci, ils vivront des millions d'années séparés. L'espace civilisateur s'est lentement et difficilement élargi, de sorte que, le corps s'humanisant, le manque de soi et celui de l'autre ont pu être, s'appriivoiser et devenir une certaine intériorité. Tirailé, le corps s'est peu à peu humanisé. Poussé par le désir, il a avancé dans la recherche d'un mode de rapport qui l'accomplirait davantage et est devenu lentement une organisation de rapports et du rapport. Parallèlement, l'esprit s'est déployé en élaborant, civilisation après civilisation, mythes, religions, cultures, conscience, intériorité. Un déséquilibre de plus en plus grand s'est installé entre le corps et l'esprit au profit de ce dernier.

Curieusement, il a fallu aller jusque-là pour que le corps écartelé, humilié dans le processus civilisateur, puisse se souvenir que l'acquis immense des civilisations et de la culture, des mythes et des religions venait de lui, que l'esprit plongeait en lui ses racines, qu'il en était le prolongement et l'accomplissement.

De tout espace civilisateur et de toute institution, les humains ont à récupérer ce corps. Ce difficile projet implique que chacun arrive à n'être que ce qu'il est et reconnaisse que les vérités, théories et croyances qu'il défend ne sont que son être, sa vérité, ses théories, ses croyances et non des absolus. Ce serait sortir des dichotomies et recevoir les ambivalences qui constituent chacun.

La souffrance a pris sa dimension vraiment humaine, elle est devenue le mal avec l'émergence du rapport humain. Dès lors, tout de l'humain : sa vie, ses maladies, sa mort, sa sexualité, ses rêves, ses comportements, a peu à peu été assumé, pénétré de cette organisation de rapports que devenait le corps. Tout devenait espoir de rencontre, d'accomplissement, de sens, y compris la mort. Mais l'irrecevable et le non-reçu gardaient la rencontre authentique dans l'impossible, et les rapports dans le sadomasochisme : utilisation, domination, non-respect... Cela n'était pas dû à la méchanceté ni à un quelconque péché d'origine, mais simplement au fait que la vie humaine vient du manque, de l'absence de soi et qu'elle n'a pu se développer que sous ce signe.

Les termes *non-reçu* et *irrecevable* réfèrent surtout à des réalités intérieures complexes subjectivement inacceptables comme la honte, la rage, la colère, la jalousie maladroite, et peuvent recouvrir aussi des aspects extérieurs comme l'apparence, les handicaps, les origines... D'une façon générale, le non-reçu et l'irrecevable extérieurs rejoignent le non-reçu intérieur et s'y enracinent.

C'est la position de se recevoir globalement qui nous a amenés à parler de non-reçu, puis d'irrecevable. Tout ce qui n'est pas encore habité comme soi est le non-reçu, et chacun aura toujours à franchir cet espace intérieur du non-reçu au reçu. Là, se trouvent impliqués le devenir de la matière et du corps à l'esprit, ainsi que le devenir individuel. Le non-reçu se nuance à l'infini, selon les époques et les individus, et en chacun selon les contenus. D'où le terme *irrecevable*, qui prend des sens multiples. Au début de l'humanité, par exemple, tout le non-reçu était irrecevable du fait qu'il n'y

avait pas de corps humanisé, pas de lieu intérieur pour se recevoir et donc recevoir les autres.

L'humanité porte et est ces traces de son devenir qui sont en chacun dans son individualité à recevoir. Le corps est devenu organisation de rapports et du rapport, mais il s'est humanisé sous le signe de l'absence d'origine, de la coupure et donc de l'ambivalence. En chacun différemment, le devenir humain est force de vie et de mort. Il rend possible mais difficile, parfois impossible, de se recevoir globalement. Tandis qu'il est générateur d'ouverture à soi-même et aux autres, il favorise la psychose à des degrés divers, jusqu'à la rupture avec soi et les autres.

Le non-reçu et l'irrecevable sont en continuité, ils constituent une seule et même réalité d'une intensité variable à l'infini. Il n'y a que cette humanité à recevoir en soi, quels qu'en soient les niveaux de souffrance. Ces traces en chacun sont le lieu de sa propre expérience de soi et des autres. Le non-reçu et l'irrecevable constituent le fond de l'humanité, l'origine de toute souffrance et le lieu de tout le sens et de l'accomplissement.

La souffrance surgit du projet contradictoire du devenir humain. Le manque originel ne pouvait créer que des rapports sadomasochistes. En quelque sorte, c'était combler le manque par le manque. Et pourtant, cela a donné ces êtres, cette humanité qui est la nôtre, de plus en plus capable de se recevoir. En même temps, cela a laissé des atteintes douloureuses chez un nombre croissant d'individus. Le processus civilisateur garde l'ambivalence d'origine : en favorisant la vie, il continue de générer violence et psychose. Tous les efforts de l'humanité pour créer et inventer un devenir meilleur sont certes très importants, mais ils demeurent marqués par le manque et l'ambivalence d'origine. C'est toujours par un chemin narcissique tâchant d'éviter le négatif de l'ambivalence que tente de s'accomplir l'existence humaine. Il faudra à l'avenir privilégier un autre chemin, celui du risque de se recevoir globalement, pour que davantage d'individus puissent résoudre les dichotomies de

la réalité. C'est ainsi que la prise en charge du devenir humain relève davantage des individus se découvrant projet, êtres à accomplir, à devenir soi.

Chapitre 6

L'expérience d'être un corps humanisé : ses ambiguïtés

L'expérience de soi

Chaque être humain est son corps, l'organisation de rapports et du rapport, et par conséquent tout le processus d'hominisation sous une forme spécifique. Cette appréhension de l'être décloisonnée, multidimensionnelle, en mouvement, a surgi peu à peu de la position ontologique de l'abandon corporel sans cesse reprise en recherche et en psychothérapie. Dans cette perspective, tout de l'être vient de la matière, même l'esprit, la conscience, l'amour et la vérité. C'est en devenant capacité de rapport, puis en entrant graduellement dans ce processus, que l'humanité est devenue lentement conscience d'être et conscience de l'être, et il en est ainsi de sa capacité de connaître et d'aimer. Il n'existe que le corps devenant rapport humain – organisation de rapports et du rapport –, et ce corps ne peut vraiment s'accomplir que dans la position de se recevoir globalement.

Ce regard nouveau a de multiples conséquences qui touchent toutes les sphères de la vie. Dans cette perspective, chacun est toute l'humanité sous une forme spécifique. Rien de ce qui constitue le processus d'hominisation n'est en

dehors des possibilités de chacun, du moins théoriquement. Rien non plus de ce que sont les autres n'est vraiment étranger à soi. C'est le fondement d'une fraternité universelle. Si chacun prenait le risque de se recevoir globalement, il accéderait à cette conscience et à cette expérience d'être l'humanité entière.

Mais cette humanité en chacun lui est parvenue à travers toutes les circonstances d'espace et de temps de ses lignées d'ascendance. Si bien que chacun est une expérience unique d'être cette humanité, de ressentir l'existence, de la comprendre, de se trouver des appartenances, d'entrer en rapport avec les autres. Le rapport à la vie que chacun est de même que les possibilités infinies d'être toute l'humanité lui sont donnés, mais ces possibilités sont enfermées, limitées dans les coupures qui définissent le rapport au monde. Le drame, souvent même la tragédie, d'être corps humain se situe là : être possibilité d'infini, d'ouverture à tous les autres et à l'être, mais l'être dans l'enfermement et les coupures de soi, rendant ainsi son existence isolée, étriquée, souvent malheureuse et, dans certains cas, insupportable.

Le corps est plus qu'une biologie, une anatomie, un ensemble de fonctions. L'expérience de l'involontaire comme mouvement intérieur et la pratique de la psychothérapie d'abandon corporel ont laissé apparaître une organisation de soi qui se révèle dans un processus sans fin faisant de plus en plus de place à soi et aux autres. Dans la position de se recevoir globalement, cette organisation corporelle, ce mouvement intérieur est un processus de réappro-priation, de dépassement et d'intégration des dichotomies, de découverte de l'interdépendance et de la paradoxalité.

Mais en chacun, dans la vie quotidienne, ce mouvement est arrêté, cette organisation est figée, et existent la coupure et les limites dans le rapport à la vie. Plus cette organisation corporelle est chargée de manque, plus les coupures sont profondes, le rapport à la vie insatisfaisant et les chemins pour vivre et s'accomplir, détournés. À la limite, tout mouvement intérieur est arrêté, tellement est intense l'insuppor-

table de se ressentir, et c'est la psychose : organisation de soi irrecevable, mortelle même, allant jusqu'à modifier les composantes chimiques de l'être.

L'être humain est un corps humanisé, organisé par son histoire personnelle, qui s'intègre dans l'histoire de l'humanité transmise par ses lignées d'appartenance, jusqu'au bagage héréditaire, génétique, porteur et expression de cette histoire. Tout de chacun, même son hérité biologique, fait référence à son rapport aux autres : il n'existe rien d'autre que le rapport que chacun est. Chacun porte toute l'humanité en soi, sous la forme et avec les limites constitutives de son être, et c'est ce qui fait son individualité et son unicité. Le rapport aux autres et au sens passe par la rigueur du risque d'être soi.

Cette organisation de tout soi-même avec ses défenses et ses coupures constitue le rapport de chacun à la vie. C'est le lieu de l'expérience de soi-même, des autres et de la réalité. Chacun est enfermé dans cette organisation de soi, unique à lui, pour se ressentir et faire l'expérience du réel et des autres. En chacun, le rapport à la vie instaure des processus corporels plus ou moins possibles, ouverts, interdits, liés à l'organisation de soi.

La perception du réel est le ressenti et l'expérience de ces processus corporels. Plus l'organisation corporelle est douloureuse, porteuse d'interdits et proche de la psychose, plus le rapport au réel et aux autres est perturbé. À la limite, il y a rupture avec la réalité et isolement. Tous les modes d'expression et de communication sont également le reflet de cette organisation. La qualité de ses rêves, de ses fantasmes, de ses sensations, de ses émotions, de ses comportements... s'articule à partir d'elle. Même le choix des amis et des intimes en est profondément tributaire. Et il en est ainsi des choix philosophiques, artistiques, politiques et religieux.

Cette organisation de soi et de son corps constitue le rapport de chacun au réel et aux autres. Elle s'exprime comme elle peut à travers tous les canaux – de symbolisation, de création, de sensations, d'émotions et de langage – qui permettent de rejoindre les autres, mais en général sous

la forme institutionnalisée du rapport humain et de tous ses modes d'expression. C'est dire que chaque humain reste plus ou moins enfermé en lui-même, prisonnier de la gravité des blessures de son organisation corporelle. Le non-reçu et l'irrecevable doivent se trouver un autre chemin.

Cela est d'autant plus nécessaire que l'on s'approche de plus près des formes multiples qu'a prises la psychose, où la coupure de soi est de plus en plus radicale, l'organisation de soi pouvant peu ou pas être ressentie et étant, de ce fait, irrecevable. Les formes institutionnalisées habituelles, dites normales, de l'expression de soi et des autres ne suffisent plus alors. Il faut trouver d'autres chemins qui seront quand même des institutions : un lieu pour se déposer, se cacher, s'exprimer et s'apprivoiser à son propre être. Mais ce seront des institutions hors normes – très proches de l'art – à déchiffrer, à décrypter, troublantes et qui questionnent la normalité, comme la maladie physique et mentale, les comportements destructeurs, la mort.

On comprendra sans peine que se vivre corps humain est une expérience infiniment redoutable et difficile. C'est l'enfermement dans la subjectivité, qui peut aller jusqu'à la perte de contact avec la réalité. C'est l'écartèlement entre les possibilités infinies de chacun et les compromissions inévitables du rapport à soi et à la vie. C'est le risque d'une unicité à recevoir, seul chemin assurant vraiment l'ouverture aux autres, mais c'est aussi celui de l'enfermement dans des besoins de conformité et d'appartenance gardant isolé à l'intérieur de soi.

Du rapport au désir

Il n'y a que le rapport. Le devenir humain a consisté à informer, à pétrir de rapports cette matière qu'est le corps. Corps et rapport ont fait chemin ensemble, et le corps est devenu organisation de rapports et du rapport. Cette organisation est la présence en soi, comme soi, de tout le processus d'hominisation, de tous les modes de rapport qui ont mené l'humanité jusqu'à soi. Se placer dans la position de se

recevoir globalement fait toute sa place à cette organisation de rapports, au corps, et de ce fait à la modalité du vécu, du rapport possible à chaque moment.

Toute réticence, tout refus de ce qui est éveillé alors en soi sera coupure de son organisation corporelle, des autres en soi et en eux-mêmes. La rencontre de soi est identique à la rencontre des autres, et il est impossible d'être sans faire être les autres, tant sont intimes les liens qui unissent tous les humains. Mais il est aussi vrai de dire que tout refus de l'autre est également refus de soi – c'est le refus de ce qui est éveillé en soi à l'occasion de l'autre comme appartenant à soi – et on entre alors dans le monde de la coupure et des dichotomies.

L'affirmation que le corps est le rapport ne peut apparaître avec évidence que si le corps est reçu dans un mode de rapport lui faisant entièrement place. Tous les modes du rapport inclus dans l'ici et le maintenant de cette ouverture à soi sont alors possibles : ceux de l'humanité et de chacun. C'est dire que dans la mesure où chacun entre dans le processus de se recevoir, il se découvre comme étant l'humanité entière et donne à celle-ci d'être en tous et en chacun, dans toutes ses dimensions. Ce processus est un lieu pour être, un lieu pour l'être, et on trouve d'autant plus les autres qu'on y trouve soi. Il y a également ouverture à la connaissance, d'autant plus qu'il y a abandon de toutes les certitudes et de tous les *a priori*.

On pourrait tenter de définir l'être humain comme la quête d'un mode de rapport englobant les formes, les limites et les vicissitudes du corps. Un corps transformé, pétri et devenu. Dans le mouvement intérieur rendu possible, il est l'ouverture à tous les espaces et à tous les temps de soi, à tous les corps du devenir humain. À l'être.

Dans l'existence concrète, la vie de chacun se passe dans les coupures. Il s'agit d'une vie institutionnalisée. Chacun y cherche son profit et certains réussissent mieux que d'autres. En tous, à des degrés différents, demeure le manque, le sentiment d'incomplétude. Mais, chez un nombre croissant d'in-

dividus, à mesure que se perpétue le processus d'hominisation, apparaissent des traces de ce devenir si douloureuses, si négatives qu'il leur est impossible de s'adapter à la vie institutionnalisée de leur milieu et encore moins de prendre le risque de se recevoir. Le processus d'hominisation, faut-il le rappeler, est radicalement ambivalent. Il humanise et rend de plus en plus possible un au-delà de toute institution, dans le risque de se recevoir. Mais le non-reçu et l'irrecevable en chacun, depuis le début du devenir humain, laissent aussi des traces incontournables : humaniser, malheureusement, génère en même temps de plus en plus de psychoses.

Chaque être est l'enjeu de toute la vie, sous sa forme à lui, déterminée par ses lignées d'appartenance. Réduire la vie de chacun à sa seule histoire individuelle maintient dans la culpabilité et l'accusation. Tout de soi ne vient pas que des parents. Penser ainsi relève d'un mode de rapport coupé de soi qui engendre nécessairement des théories limitatives sur la vie et mène inévitablement à chercher le sens en dehors, sous des formes institutionnalisées.

La position de prendre le risque de tout soi fait apparaître les dimensions anthropologiques de l'être humain. Chacun est tout le processus d'hominisation sous une forme unique. Le rapport parents-enfants met en jeu, de façon inévitable et particulière, ces deux problématiques qu'ils sont, même si le rapport de force n'y est pas le même. Chacun est l'être qu'il est et qu'il ne peut changer, si ce n'est superficiellement.

Le rapport parents-enfants est infiniment complexe et il ne se situe pas dans la causalité. L'enfant est le point d'arrivée du processus d'hominisation, qu'il porte comme son organisation corporelle, sous une forme unique. Ainsi en a-t-il été de chacun de ses parents qui ont sur lui une longueur d'avance, celle de leur devenir individuel qui s'inscrit dans la foulée de leur organisation corporelle. Le lieu que sont les parents, leur mode de rapport à leurs enfants a une qualité qui n'est pas étrangère à ce que sont leurs enfants. Enfants et parents émergent de la même lignée d'appartenance où

inconscient collectif et inconscient individuel sont en continuité.

Les parents marquent leurs enfants de leur être, de l'organisation de rapports et du rapport qu'ils sont, de tout le non-reçu d'eux-mêmes. Les enfants vivent cette expérience chacun à sa manière unique. Il est impossible d'éviter cette rencontre. Il n'y a pas d'innocence originelle, ni d'enfants ni de parents parfaits. Être parent consiste à donner son corps, organisation de rapport, présence de tout le devenir humain, pour être le canal à travers lequel l'humanité tente d'aller plus loin en transmettant à tous les nouveau-nés tout le devenu de son histoire.

L'insertion dans la communauté humaine passe par des rapports institutionnalisés, que ce soit avec les parents, leurs substituts ou la société. La vie n'a pas d'autres chemins que la coupure et l'ambivalence à offrir à ses nouvelles générations. Aller plus loin dans le devenir relèvera de chacun des individus, parents comme enfants. À chacun il reviendra d'être ce qu'il est devenu. Et c'est là peut-être la tâche essentielle qui attend plus que jamais l'humanité dans l'avenir.

Il y a à consentir au déterminisme et à le recevoir comme tel ; il y a à consentir aussi à l'incapacité de changer vraiment, ce qui n'exclut en rien de faire de son mieux en tout; il y a à se recevoir globalement pour entrer ainsi dans un processus jamais terminé : c'est le seul lieu de passage de la culpabilité et de l'accusation à la responsabilité et à l'être. C'est le début du consentement à être ce que l'on est et à faire de la place à l'autre comme il est. C'est en même temps le consentement à être le fils ou la fille de ses parents et de l'humanité entière. Le déterminisme reçu, reconnu comme étant soi, est le lieu de la rencontre de soi et des autres.

La reconnaissance de l'humanité entière en soi passe par l'acceptation du déterminisme. Étant l'organisation du processus qui a rendu chacun possible, chacun est porteur de toute l'humanité, et chacun l'est sous une forme unique. C'est là le sens du déterminisme lié au non-reçu, à l'irrecevable, à la coupure. Les mécanismes du processus d'homini-

sation centrés sur la création de sa vie et sur le changement évitent le déterminisme et la coupure. L'ambivalence ignorée, non reçue, du processus d'humanisation demeure et continue d'alourdir tout ce qui, dans l'humanité, est irrecevable.

Il appartient de plus en plus aux individus de prendre en charge le processus d'humanisation là où celui-ci ne peut que continuer de s'embourber. Il faut pour cela entrer dans l'aventure du risque de tout son être, faire de la place à tout soi-même. Il faut récupérer en soi ce que l'humanité ne pouvait que laisser en arrière depuis son origine. Il faut permettre à tout soi-même d'être, faisant ainsi entrevoir la possibilité de sortir progressivement des dichotomies qu'on porte en soi et qui existent entre tous les humains.

Cette position de se recevoir globalement amorce en soi le processus de libération des institutions. Le mouvement intérieur, l'involontaire, est la voie ouverte à toutes les dimensions de son être. L'ambivalence radicale de toute vie, le non-reçu et l'irrecevable, la coupure sont là, en soi. En soi aussi est l'origine de toute souffrance, comme organisation de soi, comme son corps. Tout ce qui précède, formulé de différentes manières, met en place les éléments nécessaires à une compréhension de la réalité humaine différente de celles qui sont généralement véhiculées et reçues.

Il n'est pas inutile de le répéter tant le sens échappe : le corps est le rapport, une organisation de rapports et du rapport, et il n'y a que le rapport. L'humanité ne peut s'accomplir que dans les individus et il suffit qu'une personne y parvienne pour que cet accomplissement soit, chacun étant l'humanité entière.

Chaque être prend ainsi des dimensions infinies, étant porteur de l'espérance de tous. Une telle vision, dans sa grandeur, jette un nouvel éclairage sur la difficulté d'être humain. Un tel projet placé en chaque individu n'enlève pas, loin de là, les obstacles que chacun porte de façon unique au plus intime. Il laisse toute sa place à la vie de chacun, comme elle est organisée, comme elle peut se vivre,

même dans ce qu'elle a de plus humble ou de plus terrible. Il laisse aussi toute leur place à la responsabilité et à la liberté, en ce sens que chacun est une infinie possibilité et qu'il lui appartient de se reconnaître, de se recevoir dans son organisation unique et son déterminisme.

Dans cette organisation de rapports et du rapport qu'il est, c'est l'être humain tout entier qui est pris en charge : ses réactions chimiques, biologiques, anatomiques, ses actions primitives comme manger, boire, éliminer et, à plus forte raison, tout ce qui a trait à sa vie affective, sexuelle et même intellectuelle et religieuse. Tout a pris des dimensions humaines au moment où a existé cette capacité minimale de rapports humains, et il y aura accomplissement de cette humanité dans le risque pris d'être globalement soi: rapport. On perçoit du même coup le lien qui existe entre rapport et désir.

Le processus du devenir de la matière s'est d'abord concrétisé dans une vie animale complexe. Tout était alors en place, en attente d'aller plus loin. Le toucher s'était développé sous toutes ses formes, même le toucher à distance : audition, regard, olfaction et un certain niveau de langage. Une vie affective très riche, à bien des égards, s'était développée. Mais il s'agissait d'un niveau de la vie où le désir s'identifie au besoin et se résout en lui : la vie individuelle au service de l'espèce et s'accomplissant en elle, donc une vie enfermée dans l'agir et l'extériorité, dans l'espace défini et le temps continu.

Le pas en avant, le passage à autre chose s'est concrétisé dans la capacité de certains individus d'amorcer un processus de devenir et d'être, impliquant chacun des individus dans un mode de rapport qui en viendrait à dépasser et à intégrer tous les niveaux du besoin. Ce mode de rapport assumerait progressivement le corps, il le deviendrait et, finalement, il s'accomplirait en lui en l'accomplissant puisque le corps est le rapport. Le corps devenu humain est toutes les possibilités du rapport qui apparaissent dans le processus de se recevoir globalement. Il n'y a plus alors que le rapport assumant toutes choses.

Cette ouverture à tout soi fait surgir le mouvement intérieur, l'involontaire, et c'est alors que le processus de se réapproprier s'enclenche et rend possible l'accès à toutes les dimensions de soi, de l'être. C'est aussi la sortie de l'espace défini et du temps continu pour entrer dans l'intégration de tous les espaces et de tous les temps, dans l'ici et le maintenant de l'être soi.

Le passage de l'animalité à l'humanité a changé la problématique du désir. De façon générale chez les animaux, les individus sont soumis à l'espèce. La vie est organisée et régie par les instincts. À travers eux se satisfont les besoins et s'accomplissent les individus et l'espèce. Chez les humains, il en va tout autrement, la vie instinctive se dilue graduellement dans le processus de devenir humain. Tous les besoins, même les plus fondamentaux, sont pris en charge dans le rapport, le désir, et, de ce fait, coupés de leur fonction d'origine, assumés dans une aventure beaucoup plus large et beaucoup plus hasardeuse. Tout de l'humain devient marqué de l'ambivalence originelle du rapport. Plus encore, l'être humain développe une panoplie de pseudo-besoins qui iront jusqu'à la perversité, la possession sans limites, le pouvoir le plus absolu et l'utilisation des autres la plus éhontée. En tout se côtoient la vie et la mort.

Il n'y a pas là lieu à scandale. Dès l'origine, le projet de devenir humain est porteur de contradictions qui ne peuvent se résoudre que dans l'accomplissement humain : être des animaux à l'intérieur desquels la vie est portée et accomplie par l'instinct et le besoin, en étant en même temps porteurs d'un projet d'humanité où l'être ne peut exister vraiment que dans un long devenir culminant dans le processus de se recevoir globalement. Ne pouvoir résoudre son rapport aux autres, à l'espace, que dans le risque d'être tout soi-même et n'être au départ qu'une ombre d'humanité sans corps humanisé, sans lieu pour se recevoir et pour recevoir les autres en soi, telle est la condition humaine.

Tout le processus du devenir humain s'est développé sous le signe des contradictions d'origine. Le manque d'être

est devenu plus intense. L'éloignement de l'état d'animalité – de la nature si l'on veut, donc de la vie instinctive – pour entrer dans le rapport humain enlevait le premier sans vraiment donner au second autrement qu'en faisant davantage ressentir le manque. Les besoins n'ont pu que s'accroître à mesure que, de l'intérieur, la grandeur d'être était appréhendée comme à la fois inévitable et inaccessible. C'est ainsi que lentement, dans ce processus d'humanisation, des corps animaux sont devenus des corps humains marqués, organisés toujours davantage par cette douloureuse recherche d'être. L'humanité est arrivée ainsi jusqu'à nous. Les traces, la mémoire de ce long processus sont là comme organisation de chacun. Accomplir le désir humain impliquerait pour chacun de se recevoir globalement et, de ce fait, de s'ouvrir à un mode de rapport faisant place à tous les modes du rapport, dans un processus jamais terminé.

Ainsi dès son émergence, le désir, qui est le rapport humain d'origine, envahit et prend en charge progressivement la vie instinctive ainsi que le monde des besoins du corps animal. C'est la distance inévitable avec la nature et la porte ouverte aux abus. Ce mode de rapport – le désir humain – n'étant au départ qu'absence, projet inaccessible, introduit la douleur, la brûlure du manque, la violence sous toutes ses formes, dans tout ce qui est humain, même au cœur des besoins primaires comme boire, manger, dormir, et il fait proliférer le besoin à l'infini.

Le désir, le rapport irrecevable, est générateur du besoin insatiable qui a pris, au cours du processus d'humanisation et en chacun, toutes les formes : jusqu'à l'asservissement, la torture et la mort des autres ; jusqu'à l'utilisation abusive et la destruction de la nature ; jusqu'à s'autodétruire de mille manières et se faire mourir. De façon en apparence contradictoire, le chemin du désir a largement été celui du besoin. C'est de la coupure, du manque, de l'absence de soi qu'est issu le processus d'humanisation. La vie n'avait pas d'autre chemin. Devenir humain a nécessité de passer par ce long processus qui a laissé en chacun ses traces. Toujours cepen-

dant il y avait recherche d'être, même dans les gestes les plus abjects et les plus irrecevables, et l'être humain que chacun est devenu est la résultante de cette difficile quête.

Le désir est en chacun ce que chacun est devenu, son organisation corporelle. L'être n'a pu arriver à maturité qu'en s'inventant, en se créant, en cherchant sans cesse à se changer et à devenir meilleur : un long processus sous le signe de la dépossession et du narcissisme. Mais le désir ne peut s'accomplir que dans l'acte de se recevoir comme il est devenu, en consentant à être l'humanité entière comme elle est et non pas comme il y a toujours eu espérance qu'elle soit. Le désir – son accomplissement – est cette recherche, depuis l'origine, de pouvoir prendre le risque toujours à renouveler d'être globalement soi.

C'est là la seule vraie grandeur possible du désir humain, où se transfigure l'histoire de l'humanité et se transcendent les dichotomies : la matière qui devient esprit. Il y a ainsi une fraternité universelle possible, chacun émergeant de la même humanité, du même manque d'origine. Si ce n'est le manque de soi, l'absence d'être, il n'y a pas de marque originelle à corriger ou à expier. Il y a à devenir humain, une aventure que chacun porte et qui est lui-même, son être étant déterminé par une longue histoire. Il y a à consentir, à recevoir, et ce serait là le chemin pour que toute chose trouve son sens.

Depuis ses origines jusqu'à sa plénitude, le désir apparaît comme cet élan vers l'être et son accomplissement. On pourrait dire que c'est l'esprit de la matière, portant toutes ses aspirations, dans une recherche inlassable de mener à bien ses projets, de pousser toujours plus loin son énergie et ses possibilités. Avec l'émergence de l'humanité, le désir a fait un bond en avant, celui d'amener la matière à accéder à des dimensions qui lui sont, en apparence, inaccessibles: dépasser les limites de l'espace et du temps, donc résoudre la finitude de la matière.

Le processus d'homínisation a consisté à porter la matière jusqu'au point de pouvoir participer à sa propre évolution, en s'ouvrant à un nouveau mode de rapport à

inventer, à devenir : un long et douloureux chemin au cours duquel le corps a été pris en charge, pénétré, transformé, institutionnalisé, humanisé jusqu'au point de pouvoir s'ouvrir à la globalité de soi-même. Cette ouverture globale à soi est identique au mouvement intérieur, processus sans fin ouvrant à toutes les dimensions de l'être, de la matière à l'esprit. Il y a pour cela à laisser émerger de soi, en suivant le mouvement intérieur, toutes les traces du processus d'humanisation : un chemin infini qui fait récupérer en soi comme soi, en se recevant, tout ce dont les institutions ont prétendu être l'origine.

Se recevoir globalement, c'est rapatrier son corps, organisation de rapports et du rapport, et du même coup s'ouvrir à toutes les dimensions de la vie, au sens, à l'ici et au maintenant, intégrant tous les espaces et tous les temps de l'être soi. En chacun, le désir est ce qui cherche son chemin de façon irréprouvable. C'est l'être qui, dans la matière, ne peut faire l'économie du temps. Le désir est ainsi l'organisation de chacun cherchant à être reçue, pour être. Le désir est incontournable: il trouvera nécessairement son chemin même s'il est refusé. Il passera par les échecs, la violence, la maladie et la mort, non pas comme vengeance, mais pour assurer à chacun son chemin. Le désir, c'est l'être en chacun, dans un effort constant de trouver le passage qui ouvre à son accomplissement.

La violence

La violence humaine s'enracine dans le même terroir que le rapport et le désir. Bien sûr, elle était déjà dans la matière : la nature et les animaux n'en sont pas dépourvus. Mais rien n'égale la violence humaine. Avec l'émergence du rapport, et donc du désir, elle a changé de créneau. Elle est devenue sadomasochisme.

Chez les animaux, de façon générale, la violence est au service de la vie instinctive et des besoins qui amènent les individus à se nourrir et à se défendre, à protéger leur territoire et leurs petits, le plus efficacement possible. De la

même façon, à l'intérieur d'une même espèce, les individus sont soumis à la loi des plus forts. Il s'agit alors d'une violence généralement fonctionnelle, au service de la vie, de la santé et de la vigueur de l'espèce.

Chez les humains, la violence prend d'autres dimensions. Bien sûr, la lutte pour avoir sa place, gagner son existence, défendre son bien et protéger les siens existe toujours. Pourtant, ce qui souvent est éveillé en chacun, qu'il s'agisse de gestes, de fantasmes ou d'émotions, dépasse ce qu'exige la situation : de simples querelles peuvent devenir des meurtres, une rivalité peut dégénérer en guerre et l'appât du gain ou de vieilles rancœurs peuvent justifier un génocide.

La violence humaine prend mille visages. Elle est dédain, mépris, ignorance de l'autre. Elle peut pousser au désespoir, déposséder de droits fondamentaux, soumettre aux pires tortures, déshumaniser. C'est la violence de tous les temps que l'histoire fait pressentir, la violence des milieux dans lesquels chacun vit, la violence particulièrement virulente de cette fin de millénaire, et c'est aussi la violence que chacun est. C'est de cette violence au cœur de chacun et de l'humanité qu'il importe de tenter de rendre compte. L'abandon corporel la situe au sein du désir et du rapport d'origine. Constitutive du fait humain, elle n'a pu que s'accroître et se multiplier au long du processus d'humanisation.

L'humanité a commencé dans le manque, la non-définition, l'absence de soi, sans lieu intérieur pour porter sa propre vie. Elle a commencé en manque de soi et de l'autre comme soi-même, comme lieu pour devenir. L'autre était pure extériorité. Il ne pouvait être que l'ennemi, le dépositaire de l'irrecevable de soi, et de ce fait le lieu de la fascination et de la dépendance. C'est l'ambivalence radicale introduite dans les rapports humains d'origine, un mode de rapport très proche de ce qu'on appelle la paranoïa. Ce sont aussi d'une certaine manière l'altérité, la réciprocité, l'importance radicale de l'autre pour être, pour devenir soi, mais d'un autre coupé aussi de lui, en manque de lui-même.

Par analogie, nous pourrions qualifier ce mode de rapport initial de sadomasochiste. L'abandon corporel considère le sadomasochisme comme ce mode de rapport qui émerge de tout ce qui est non reçu ou irrecevable de soi. Il y a une infinité de niveaux dans ce mode de rapport. Il y a, par exemple, une marge considérable entre celui qui, sans le savoir, exerce une forme de contrôle sur les autres et quelqu'un qui ne trouve son plaisir que dans leur souffrance. Chez les premiers humains, rien d'eux-mêmes ne pouvait être reçu. Ils n'étaient donc capables que de sadisme, contrôlé, tempéré par la nécessité d'être ensemble et par la menace que constituaient les autres. Ce ne pouvait certes pas être le sadisme subtil d'aujourd'hui, qui a pu se développer au cours de tout le processus d'humanisation.

La structure du rapport d'origine, auquel s'articule l'implacable désir, harnache, dès le début de l'humanité, tous les humains à venir, dans un même destin, dans une fraternité qui ne pouvait commencer que dans le manque et donc dans le sadisme et la paranoïa. La violence humaine s'enracine dans le rapport d'origine et elle ne pouvait que s'exacerber au cours du processus d'humanisation. L'impossibilité d'être soi envahit le champ de la vie en besoins qui sont des fuites et des protections de l'irrecevable de soi.

La violence est fondatrice d'humanité. Elle est inhérente à l'absence et au manque chez les premiers humains, et dans tout le devenir de l'humanité. Elle est en chacun des humains, les reliant ensemble dans une même recherche d'être dont tous sont dépossédés : soi. En conséquence de cette dépossession, de cette projection de tout soi-même dans les autres, de cette dépendance radicale, l'interdépendance constitutive a pu germer lentement. Le manque, le refus ou l'impossibilité de se recevoir sont à l'origine de toute souffrance et de toute violence humaines.

De ce manque initial ont émergé des modes de rapport marqués, tous de façons différentes, de sadisme. Tout le processus d'humanisation s'est déroulé sous ce signe. Aucun autre chemin n'était possible pour le devenir humain. Le

désir s'est alors inventé des lieux pour se déposer, se déposséder, vivre son narcissisme et lentement s'appivoiser.

L'humanité n'a pu devenir, comme groupe, que dans une autre dépossession déposée au sein des institutions. Tout le processus d'institutionnalisation trouve là son origine et son sens. Propres aux humains, elles se présentent et se croient pourtant comme venant d'ailleurs. Le processus du devenir humain passe par elles qui ont comme fonctions, entre autres, de gérer le sadisme et de l'appivoiser même lorsqu'il se cache sous la forme de la divinité.

Le rapport de manque, par conséquent, le sadomasochisme, est toujours celui de bouc émissaire, chacun faisant porter aux autres sa propre vie non reçue. Ce mode de rapport était à son comble aux origines et il demeure virulent dans certaines formes de psychose paranoïaque. À moins de se trouver dans les moments privilégiés d'une ouverture globale à soi, dans la vie ordinaire, les rapports humains se font tous à certains niveaux sous ce signe.

La prise en charge et la divinisation de ces rapports d'origine ont créé un espace pour que s'humanise le corps. Lentement des acquis se sont accumulés, mais le moindre pas en avant a provoqué des résistances, a eu ses martyrs et a souvent fini dans des bains de sang. Seuls le conformisme, les dichotomies, la peur et la culpabilité – la violence du contrôle sous toutes ses formes – pouvaient rassembler les premières communautés. Toute ouverture à d'autres possibilités de la vie ne pouvait se vivre que comme menace vitale : comme un retour au rapport d'origine.

Le manque, la violence sous toutes ses formes – le mal – ont marqué le corps devenu institutionnalisé, portant les traces de tout le processus d'humanisation : un corps mémoire de toute l'humanité, somatisé, humanisé; une organisation corporelle unique. C'est dans ce corps, lieu de lecture du réel, que s'inscrit l'expérience individuelle. Généralement superficielle par rapport à tout ce qui serait possible, cette expérience ajoute un chaînon au devenir du corps.

La violence est radicalement ambivalente : elle a permis le devenir humain en même temps qu'elle l'a marqué de mille souffrances. Elle est portée par le désir qui, du fond de la matière, cherche un certain mode de rapport qui pourrait résoudre ses limites d'espace et de temps. La violence permet la vie tout comme elle la détruit, et elle ne peut aller à son terme qu'en étant reçue, comme elle est, en chacun.

La sexualité humaine

Le rapport, le désir et la violence sont profondément impliqués dans la sexualité humaine. Tout de la vie animale a été assumé dans le rapport et a pris les dimensions du désir humain, jusque dans ses aspects spirituels. De ce fait, la sexualité se trouve d'emblée introduite dans un projet infiniment plus vaste que celui de donner la vie et d'assurer la continuité de l'espèce. Elle est impliquée plus profondément encore dans l'accomplissement de l'individu et du projet humain de devenir, dans le processus infini de se recevoir.

Tout au long du processus d'homínisation, la sexualité humaine s'est éloignée progressivement de la sexualité animale. Le corps animal a lentement été marqué de traces humaines, d'attitudes, de comportements, d'émotions nouvelles : de rapports humains. Il en a pris la forme et les possibilités pour devenir le corps unique que chacun est aujourd'hui. La sexualité humaine a suivi le même parcours. Elle est devenue particulière à chacun, l'expression de son organisation corporelle et, comme celle-ci, un projet à mener à terme. Mais ce n'est pas un projet à inventer, c'est un projet à accomplir en y consentant, un projet déterminé, venant des autres, d'ailleurs, de tous les ailleurs que l'on est.

Il est illusoire de vouloir élaborer sur la sexualité des théories qui auraient valeur pour tous. Cela ne pourrait qu'enfermer dans la culpabilité et l'accusation. Il y a, au contraire, à créer les conditions pour que chacun fasse toute la place à l'unicité de sa sexualité et, plus profondément, à sa structure de désir, à son organisation de rapports et du rapport, à son

corps. Ainsi, l'unicité de la sexualité de chacun étant reçue, reconnue, il deviendrait possible de favoriser le risque d'être soi, en chacun, et de découvrir, de ce fait, qu'il y a toujours à refaire le chemin. L'ouverture à l'unicité de chacun est un bon chemin pour accéder à la profondeur de la sexualité humaine. C'est toujours celui à parcourir avec chaque individu, qui porte de façon unique toute l'humanité, et où se fait la découverte que rien de la sexualité n'est étranger à quiconque prend le risque de se recevoir vraiment jusqu'au fond de lui-même.

La sexualité de chacun est liée à son organisation corporelle et à ce qui lui en est accessible à tel moment de sa vie. Elle s'exprime génitalement, ainsi que dans ses fantasmes, ses rêves, ses pulsions, ses émotions. Elle prend telle ou telle forme, celle qui mobilise davantage l'énergie de chacun. Elle emprunte en général le chemin du narcissisme, prenant la voie qui implique le moins possible de remise en question. De là viennent beaucoup d'échecs de la vie sexuelle, de même que les jugements, les condamnations ou l'apologie portés sur d'autres formes d'expression que la sienne propre. Lorsqu'une personne s'engage dans le processus de se recevoir, en s'ouvrant à des aspects d'elle-même inconnus jusqu'alors, elle se découvre des traces de toutes les autres formes de sexualité, et il arrive qu'elle passe à une forme nouvelle.

Dans l'ordinaire, la sexualité humaine se vit à l'intérieur des coupures de chacun et sous le signe des dichotomies. Pour beaucoup, il y a la bonne sexualité et la moins bonne, quand ce n'est pas carrément la mauvaise. La sexualité humaine est porteuse d'un lourd passé. Elle a été prise en charge par toutes les sociétés, pour être institutionnalisée, chargée d'opprobres ou exaltée. Elle est en même temps chargée de tabous et se vit dans le secret, tout comme elle peut être l'objet d'un étalage éhonté. Objet facile de punition, elle est largement prise comme bouc émissaire, et pour cause. Certaines formes de sexualité posent de graves problèmes: quand des enfants sont en cause par exemple; quand sa propre vie ou celle des autres est en question. Il

faut bien alors que les sociétés se protègent et que, dans certains cas, elles protègent les individus d'eux-mêmes. La sexualité, déjà reliée à la violence chez les animaux, prend chez les humains tous les chemins du sadomasochisme.

La sexualité humaine pose des questions d'une grande complexité. Elle est, de façon variable, une pulsion puissante qui peut envahir complètement le champ de conscience jusqu'à changer la vision de la réalité. Plus elle émerge d'une organisation de rapport et de désir douloureuse marquée négativement, plus elle peut être obsédante, violente, obnubilante. Elle devient alors la forme par excellence du besoin, de la compensation, au service des coupures et du manque de soi, le lieu par excellence de l'utilisation de l'autre et de sa consommation. La sexualité humaine n'est jamais insignifiante, elle implique toujours son lien à la vie, à soi et aux autres, même quand elle se vit seule. Elle est portée et prise en charge par l'organisation de rapports et du rapport, de cette énergie vers l'être qu'est le désir. On comprend alors qu'elle soit aux prises avec tous les déchirements, toutes les ambivalences de la réalité humaine.

Aussi est-ce pour cette raison que la sexualité humaine ne laisse personne indifférent. Les religions en ont pressenti l'importance en la contrôlant de mille manières, la chargeant de culpabilité et s'en faisant ainsi un puissant lieu de pouvoir. Il en va de même des sociétés fondées en grande partie sur la vie de couple et de famille. Tous les liens humains en sont marqués du fait qu'elle est à l'origine de la vie et des rapports les plus fondamentaux. On va même jusqu'à définir les personnes par leur sexualité, les désignant comme hétérosexuelles, homosexuelles, voyeuses, sadiques... Sous ces termes se cachent des jugements de valeur, infiniment de souffrance et, pour tous, des limites débilantes. Peut-être sera-t-il possible un jour que ces personnes ne soient que des personnes.

Ainsi la sexualité est au cœur de la vie humaine, radicalement liée au rapport, à la violence, au désir, et par conséquent à l'accomplissement de l'être. Elle est tout autant, et

par excellence, le lieu de besoins exprimant le manque et la coupure. Unique à chacun et exprimant son organisation corporelle, elle prend toutes les formes du désir, jusqu'à son accomplissement dans l'interdépendance et la paradoxalité. Les catégories ont à être dépassées, car c'est là une façon de rester dans un monde indifférencié, de se faire des boucs émissaires et donc de se protéger de soi en restant dans la coupure. Il y a à faire toute sa place à la sexualité quelle qu'en soit la forme, même la plus irrecevable étant le seul chemin qu'ont trouvé le désir – cette tension vers l'être – et l'organisation de chacun pour se trouver une issue. Toutes les formes du désir humain, y compris les formes sexuelles, sont toujours les meilleures possibles, à être reçues, déterminées. Elles sont une sorte de somatisation enracinée dans l'organisation corporelle et colorant l'expérience intérieure.

Les formes que prend la sexualité humaine sont celles-là mêmes du rapport de chacun à la vie. Elles sont toutes humaines, ni bonnes ni mauvaises, et elles constituent l'un des modes d'expression fondamentaux, variés à l'infini, de tout le processus d'humanisation. Elles expriment l'être de chacun, elles sont donc à recevoir, et c'est les réduire toutes que d'en faire une maladie, une déviation, une perversité, tout autant que d'en prôner la normalité, ce qui engendre l'emprisonnement dans des rapports de manipulation. Le processus d'humanisation porte toutes ces ambivalences et favorise l'émergence de toutes les formes que prend la vie, les plus difficiles à vivre comme les autres.

Chacun est au cour de ce processus, en est un acteur principal. Ce n'est pas l'ambivalence qui cause problème – elle est constitutive de l'être –, mais le fait qu'elle ne puisse pas vraiment exister. Un seul pôle est accepté, le meilleur bien sûr, le plus accessible au narcissisme, alors que le moins beau, le moins bon, le moins recevable est placé en dehors de soi, dans les autres. Le mal sous toutes ses formes est ailleurs : dans la violence, la maladie, la perversité, la folie. Cette coupure en soi, cette mise à l'extérieur de soi du non-reçu ou de l'irrecevable, voilà précisément ce qui génère et

perpétue la souffrance. Cette coupure appauvrit chacun de toute la profondeur de son propre être ainsi que de la richesse de tous les autres. Les dichotomies de tous ordres sont maintenues et l'autre demeure le bouc émissaire.

Toutes les formes de sexualité seraient à recevoir – ce qui ne veut pas dire à actualiser – pour que chacune trouve son accomplissement. Sur ce plan, elles sont toutes égales, au service de la vie de chacun et, de ce fait, de l'humanité entière. Aucune cependant n'a à être actualisée pour s'accomplir. Dans le processus de se recevoir globalement, la sexualité s'ouvre aux dimensions de l'être de chacun et donc de l'humanité entière. Elle est d'autant plus au service de l'espèce, de son accomplissement, qu'elle est reçue en chacun dans toutes les dimensions de son être.

C'est dire que l'essentiel de la sexualité humaine est intégré dans le rapport et assumé par le désir, l'essentiel étant d'être. Une telle compréhension tente de situer la sexualité dans ce qu'elle a de fondamental. Elle s'efforce de faire ressortir le lieu où toutes les formes de la sexualité sont au service de la vie humaine et de l'être, lieu qui fait toute sa place à la sexualité en chacun, en un au-delà du jugement et de la dichotomie.

Dans le quotidien, la sexualité se vit sous le signe des coupures et des dichotomies, dans le non-reçu et l'irrecevable, et elle s'actualise sous toutes ses formes, même les plus dangereuses. Elle est le lieu de toutes les violences et de toutes les utilisations, tout autant que l'occasion de tendresse et de rencontres, et à cet égard, elle est toujours ambivalente, comme chacun, de façon unique. C'est à ce niveau pourtant que se créent les liens humains les plus importants engageant souvent des êtres pour la vie. Les enfants naissent en général de ces rencontres ; ils continuent de génération en génération le devenir humain et les rapports se modifient peu d'une génération à l'autre. Le métier de parent ne s'enseigne pas et, tout comme la sexualité, l'éducation, le rapport sous toutes ses formes, le corps, il s'appriivoise et s'apprend dans le risque pris d'être soi.

Comme le corps, la sexualité humaine est un projet. Elle a toutes les dimensions du rapport, elle s'enracine en lui et le favorise. Dans le risque pris de se recevoir globalement, la sexualité humaine s'ouvre à des dimensions inconnues jusqu'alors. Dans le même mouvement se dévoile le niveau d'institutionnalisation qui jusque-là échappait à la conscience et à l'expérience.

L'accès à une sexualité qui engage de plus en plus soi-même passe par le processus de se recevoir dans toutes ses dimensions, y compris les plus douloureuses, les plus honteuses, les plus fragilisantes, par l'expérience exigeant de prendre le risque de toutes les vulnérabilités dans un au-delà momentané du narcissisme. Pour un instant, sortant du besoin et de la coupure, la sexualité s'identifie avec le rapport et donc avec le désir. Elle devient rencontre au niveau de l'être et fait apparaître l'interdépendance constitutive de la vie humaine.

Chapitre 7

Les expressions limites du rapport et du désir

La psychose

Long processus d'institutionnalisation, la vie humaine n'a pu commencer que dans cette capacité de placer hors de soi, en des fantasmés, l'action en soi arrêtée. Elle a trouvé moyen de se développer dans ses créations que sont les institutions. C'est dans la dépossession que les humains ont entrepris ce long périple, protégés qu'ils étaient par des lieux créés et investis de leur narcissisme. Ceux-ci leur ont servi de matrice, de nid pour que puisse lentement s'intérioriser en eux la vie et qu'ils deviennent des corps humanisés.

Le développement de l'humanité a commencé dans une absence complète d'elle-même, s'est poursuivi dans la coupure et le manque à l'intérieur des individus et de leurs rapports. Il a fallu des millions d'années pour que des êtres soient capables de recevoir suffisamment leur existence pour être en dehors des institutions sans être hors du rapport, l'ultime critère d'être et de vérité pouvant alors reposer dans l'être soi sans pour autant dévaloriser les nécessaires institutions.

Le drame du difficile devenir humain se joue à l'intérieur de chacun, et c'est en chacun la même recherche pour

assumer et recevoir toutes les coordonnées du rapport et du désir. Mais en chacun, cette problématique se pose de façon unique et différente. Le processus d'humanisation en tous porte, incrustées, les traces de l'ambivalence d'origine. Chacun à sa manière et à son niveau – et cela est vrai pour l'humanité entière – veut résoudre sa problématique intérieure en restant coupé de lui-même, sans prendre le risque de tout son être, et il ne reste alors que l'effort pour changer, créer et inventer sa vie.

C'est là le mécanisme du devenir humain, en marche depuis le début de l'humanité et qui a permis d'amener les humains là où ils sont. C'est certes un mécanisme très important, mais c'est un mode de devenir ambivalent et dépossédant – lié au processus d'institutionnalisation et sous le signe du narcissisme – qui porte l'espérance et la conviction de pouvoir éviter ce qui est ressenti en soi comme irrecevable et de n'être que le pôle positif de l'ambivalence intérieure. Des progrès se produisent, parfois très importants, mais le pôle négatif augmente et s'intensifie. La coupure, la psychose sous toutes ses formes, prend de plus en plus d'ampleur, en soi et dans l'humanité.

Personne n'est en dehors de cette douloureuse réalité de la psychose, et tous, de façons différentes, y participent et y contribuent chacun à sa manière. Le risque de se recevoir globalement est une aventure peu populaire, et pour cause. Mais rester dans la coupure n'est pas non plus la solution. À des degrés variables et uniques à chacun, c'est le lourd tribut payé à l'inutile souffrance humaine : le non-reçu de soi, même dans l'inconscience, est toujours très actif. Le rapport aux autres en est atteint et l'enfermement dans des connaissances défensives est inévitable. Le non-reçu se manifeste aussi dans des modes non socialisés d'expression : des tics, des rituels, des obsessions et des compulsions, que personne ne tient à laisser voir, et des somatisations, des comportements antisociaux mineurs, jusqu'à certaines formes d'aliénation. Mais il y a plus : chez un nombre croissant, la coupure en soi s'accroît, jusqu'à la rupture d'avec soi et d'avec les autres, jusqu'à la psychose.

De cette douloureuse réalité, l'abandon corporel a développé une compréhension qui relève de sa vision de l'être humain en général. De cette perspective, la psychose n'est pas une maladie qu'il suffirait de guérir pour en être débarrassé. Il s'agit, au contraire, de l'être des personnes qui en souffrent, et c'est la seule vie qu'ils auront jamais. C'est leur irrecevable organisation corporelle qui s'exprime dans ce qu'on appelle la psychose et qui est à recevoir. Il ne s'agit nullement de nier la psychose, ni sa souffrance, ni la nécessité d'aider la personne atteinte, avec des moyens chimiques s'il le faut.

Ce n'est pas de cela qu'il s'agit, pas plus qu'il n'y a de sens à blâmer la société ou les parents : ils ne sont pas la cause de la psychose, mais ils en sont porteurs, comme tous les humains et toutes les sociétés. Il importe au plus haut point de prendre en considération la psychose, tout autant que le processus générateur de psychose dans l'humanité qui est la coupure, l'ambivalence refusée, le non-reçu et l'irrecevable de soi. Cette manière d'être est l'exacerbation du manque, de la souffrance et de la violence. C'est une bombe à retardement dont tous contribuent à augmenter la puissance, jour après jour.

La psychose, comme toutes les autres difficultés d'être, ne se guérit pas, elle a à être reçue pour que l'ambivalence de la vie humaine se retrouve à l'intérieur de chacun. On pourrait dire que la psychose est, en chacun, le pôle non reçu de l'ambivalence, ce fond de la vie humaine flottant, toujours placé ailleurs, dans les autres, depuis les débuts de l'humanité, et constituant l'organisation d'être de plus en plus d'humains. Il n'est pas possible aux psychotiques de se recevoir tellement leur organisation corporelle est fragile et douloureuse et aussi parce qu'ils sont constitués presque uniquement de ce que les autres rejettent d'eux. Consentir à leur être, habiter leur corps est une tâche quasi impossible. Tous les autres ont besoin qu'ils demeurent les garants de leur bonne santé, mais aussi pour ne pas avoir à rejoindre en soi ce non-reçu et cet irrecevable.

La psychose est un univers de colère et de rancœur, de violence et de vengeance accumulées dans des rapports indifférenciés, d'une entière dépendance. C'est une expérience si douloureuse de rejets et d'échecs à répétition que le refus narcissique des autres en constitue souvent la nourriture irremplaçable. C'est aux autres qu'il appartiendrait de recevoir les psychotiques, mais cela impliquerait qu'ils prennent le risque de se recevoir eux-mêmes. Il leur faudrait entrer, avec les psychotiques, dans un long processus qui les conduirait à prendre avec eux des risques de plus en plus grands.

À l'évidence, cela exige des conditions privilégiées pour s'ouvrir à ces dimensions de la vie. L'humanité l'a évité, à l'exception peut-être des vrais mystiques, mais il en ira probablement de la survie de l'humanité de prendre ce risque d'être soi globalement, de recevoir en soi comme soi les deux pôles de l'ambivalence – ce qui pourrait bien constituer l'essentiel de l'expérience des mystiques. Cela ne serait pas pour guérir les psychotiques, qui ont à vivre leur vie comme elle est, mais pour habiter la psychose en soi et, de ce fait, donner aux psychotiques leur place dans l'humanité. Et ce serait pour que l'humanité, habitée dans sa globalité chez un nombre de plus en plus grand d'individus, génère moins de souffrance et de psychose.

Comme toute organisation corporelle, mémoire du processus d'homínisation et de son histoire personnelle, la psychose est une somatisation organisant le corps et donc le rapport. Cette organisation définit l'expérience de soi et des autres, le temps et l'espace, l'apprentissage de la motricité et de la vie affective, l'ouverture au réel. Dans l'involontaire apparaîtra une expérience : des mouvements désarticulés, à l'encontre de toute adaptation à l'espace et au temps; des mouvements dans le vide, dans l'espace infini, dans la noirceur et la dislocation.

C'est avec cette organisation corporelle, et en dépit d'elle, qu'il faut faire des efforts souvent surhumains pour tenter de vivre dans l'espace des autres, la plupart du temps avec peu de succès. Il s'agit là de la somatisation primaire constitutive, qu'organisent le corps et l'expérience de la vie tout à la fois.

Au point de gravité où le corps est atteint dans son fonctionnement biologique et chimique, la psychose comme organisation et comme expérience ne peut généralement s'exprimer dans le langage institutionnalisé. La coupure avec soi, donc avec les autres, est trop radicale et le contact trop insupportable. L'expérience de soi ne pourra emprunter pour se dire qu'un discours idiosyncratique et narcissique – un peu comme une œuvre d'art –, qu'il faudra décrypter. Le psychotique ne peut pas être dans une institution comme un membre ordinaire, il devient l'institution et son discours en aura la qualité : ce sera un discours qui cherche l'adhésion bien davantage que la communication.

Il faut souligner que tout être humain porte, à quelque degré, des traces de psychose. En conservant celle-ci à l'intérieur du fait humain sans en faire une catégorie de maladie, on serait plus près de la réalité humaine. La psychose est universelle et si l'on était suffisamment attentif, on pourrait la reconnaître à des endroits inattendus puisqu'elle perturbe partout la vie. De même, le discours psychotique et toutes ses formes d'expression sont présents, sous des modes mineurs, en chacun des humains.

De cette vision de l'être découle cet éclairage sur la psychose, haut lieu de souffrance et de violence humaines. La psychose prend des chemins variés pour s'exprimer : tantôt ce sera ce qu'on appelle la folie, le refuge dans des fantasmes ; tantôt des comportements antisociaux graves, l'agir contre les autres ; ou encore la somatisation, l'agression contre son propre être. Ces modes d'expression, il importe de le rappeler, se retrouvent chez tous les humains à des degrés plus ou moins importants, mais chez les psychotiques, ils constituent leurs modes d'expression fondamentaux.

Il n'y a pas lieu de faire de longues descriptions de ces différents modes d'expression, mais plutôt de mettre en évidence ce qu'ils ont en commun en tant qu'expression de la psychose, telle que la comprend l'abandon corporel : une organisation corporelle irrecevable, sans lieu pour se ressentir, devant s'inventer pour se dire des modes d'expression qui

gardent la distance avec soi et avec les autres. Ce sont des discours pour ne pas être compris, pour provoquer chez les autres la colère et garder la distance, toute intimité réelle étant interdite. Et pourtant, ce sont des discours qui tentent également de dire. Ils constituent des énigmes à déchiffrer, une forme unique de l'institution, une création pour soi, une oeuvre d'art qui est pour l'humanité entière un appel à être.

Comme on l'a déjà dit, la psychose habite le pôle négatif de l'ambivalence refusée. C'est là la position des êtres psychotiques dans la communauté humaine. Ils constituent de parfaits boucs émissaires de tout le non-reçu et de l'irrecevable de l'humanité. La résistance à comprendre le discours psychotique est au cœur de chaque humain, aussi grande que la difficulté de dire des psychotiques. Et pourtant, des deux côtés, il y a le désir, cet élan vers l'être qui cherche et trouve toujours une voie d'expression. Le désir ne connaît pas d'impasses définitives, il se trouve d'autres chemins, même si ces derniers apparaissent destructeurs. Le non-reçu de soi et l'irrecevable, qui à la limite deviennent la psychose, se trouveront sûrement un chemin pour se faire entendre.

Ce sera certes très difficile, et la vie sous toutes ses formes en prendra un dur coup, la nature y compris. Jusqu'à quelle violence faudra-t-il aller pour que se fassent entendre la souffrance et le manque de chacun, et en particulier le cri de la psychose ? Il ne s'agit pas de chercher des coupables. Le processus d'hominisation a toujours été difficile et celui de devenir un humain tout autant. Mais il y a lente émergence d'une conscience accrue de la responsabilité de chacun, dans la globalité de l'aventure humaine, une moindre culpabilité, sans doute, remplacée par une plus grande conscience d'être partie prenante de cette grande aventure.

La somatisation

Il importe de s'arrêter à la forme d'expression qu'est la somatisation, qui appartient à tous les humains et aux psy-

chotiques en particulier. Dans la perspective de l'abandon corporel, tout est somatisation, y compris ce que l'on nomme la maladie mentale et la psychose, la violence, les formes que prend la sexualité, et même les manières de ressentir et de toucher. On pourrait affirmer que toute maladie est une somatisation.

Il n'y a pas de corps qui ne soit une organisation corporelle, et il ne se passe rien en soi qui ne vienne de cette organisation et ne l'exprime. Il n'y a pas de sens qui ne soit que sentir, voir, goûter, entendre. Tout prend racine dans cette organisation et en exprime la couleur unique. Dans le cas de la psychose, la situation est particulière. Chaque psychotique est un état unique, bien sûr, et plus l'atteinte est sérieuse plus l'organisation corporelle a un caractère douloureux et parfois mortel.

L'irrecevabilité de cette organisation place ces personnes dans l'obligation de vivre en dehors d'elles-mêmes, dans un effort surhumain pour fonctionner comme les autres. On comprend qu'il y ait une telle atteinte chimique et biologique de leur être. La psychose fait grande violence à toute l'organisation de l'être. Pas étonnant que l'on tente d'y échapper de toutes ses forces et de placer sa vie hors d'elle-même, dans des discours de désespoir.

À un degré moindre et variable à l'infini chez tous les humains, chacun est une telle organisation qui est mémoire de l'humanité, inconscient collectif et individuel, organisation qu'on pourrait appeler somatisation primaire. Chacun est tout ce bagage qui lui est parvenu à travers ses lignées d'appartenance, cette organisation qui intègre tout, y compris son bagage héréditaire et son histoire personnelle. Il n'est pas possible, dans cette perspective, de dissocier les atteintes physiques des atteintes psychologiques, tout émergeant d'une même organisation corporelle.

En plus de cette somatisation de structure, il existe une autre forme de somatisation qui lui est intimement liée et qu'on peut qualifier de secondaire. Celle-ci est une forme du discours humain et de l'expression du désir, elle ne vient pas

d'un choix volontaire, mais de celui de la vie quand toutes les autres expressions lui ont été bloquées. Elle parle de ce qui n'est pas reçu ni même recevable sans autres voies pour se dire. Le désir n'est jamais sans voies d'expression : la maladie sous toutes ses formes, la mort même, lui serviront de langage et de chemin, Paradoxalement, ce que fait entrevoir le processus de se recevoir, c'est que la mort même peut être l'espérance, et la maladie, le lieu de la rencontre.

La maladie sous toutes ses formes parle de soi. L'hérédité aussi est soi. La plupart du temps, il n'y a rien d'autre à faire qu'à la recevoir, toujours elle est à entendre comme une parole du fond de l'être. Elle n'est pas à gronder ni à se reprocher, à moins qu'elle ne devienne instrument de manipulation, comme il arrive parfois. La maladie est parfois l'ultime moyen auquel en arrivent le désir et la vie pour parvenir à se dire, et le pouvoir qu'on a alors sur elle est restreint. Il faut la recevoir, l'entendre, l'écouter et la laisser dire ce qui de soi, en dessous, est demeuré muet depuis si longtemps.

On ne devient pas malade à volonté, et peu de guérisons viennent du pouvoir sur soi. Le vrai pouvoir sur la maladie serait sans doute d'y consentir, comme à soi-même, et de prêter l'oreille à la peine et à la colère qu'elle balbutie. Il pourrait peut-être arriver, s'il n'est pas trop tard, que cette forme du discours humain ne soit plus nécessaire. Le rapport à la maladie est unique. Il est lié à l'organisation corporelle et l'exprime. La maladie se prépare de longue date, et c'est tout un mode d'être et de vivre qui la sous-tend.

L'irrecevable, le non-reçu, la coupure en soi s'expriment alors dans des compensations, des faux besoins, des rapports de manque avec la vie. Les atteintes blessent lentement là où c'est le plus vulnérable, où les tensions sont les plus grandes. Quand éclate la maladie, c'est qu'elle attendait déjà, en gestation depuis longtemps. Chacun met au monde ses maladies, sans le vouloir ni même le savoir. Son existence donne un lieu ultime de recherche de la vie et du désir en soi. Rien de la vie, qui est reçu, n'est en dehors du sens, pas même la maladie, pas même la mort.

De la culpabilité à la responsabilité

L'univers de la culpabilité a des racines aussi profondes que l'humanité. Articulée au processus d'humanisation, la culpabilité ne peut être qu'universelle. Ses formes sont multiples, uniques à chacun, et ses objets infinis. Il arrive qu'elle prenne, chez certains individus et même en des communautés entières, des dimensions aliénantes et dépossédantes.

On a blâmé durement les institutions religieuses de leur rôle dans le développement de la culpabilité et de l'accusation. Il est vrai que les religions utilisent subtilement ces mécanismes comme levier de contrôle et de pouvoir. Mais les parents et les éducateurs du monde entier s'en sont aussi servis. Ils actionnent ainsi le devenir de l'humanité et celui des individus. Quand il arrive que des individus n'aient pas accès à leur malaise, leurs rapports à la société et aux autres s'en trouvent profondément perturbés. C'est dire la profonde implication du rapport à soi et aux autres qui existe dans la culpabilité.

La culpabilité est une conquête de l'humanité, un instrument de devenir qui s'est sans doute développé à l'intérieur de systèmes rigides, contrôlés, d'institutions imposant la conformité, excluant les récalcitrants et favorisant les autres. Si l'on regarde ce qui se passe encore, dans certaines sociétés et religions, ou si l'on jette un regard sur ce qui se passait au Moyen Âge et bien avant, il est facile de s'imaginer ce qu'ont pu être les institutions immémoriales tout au long du processus d'humanisation.

La culpabilité est porteuse de tous les interdits, de tous les rejets, de toutes les punitions et de toutes les souffrances du devenir humain. Elle porte les angoisses de ceux qui, sous la force du désir et du besoin, sont allés au-delà des interdits, poussant plus loin les limites de la vie, souvent au risque de la leur. C'est un sentiment difficile à cerner que celui de la culpabilité et il est chargé de multiples contenus.

Bien sûr, comme tout ce qui est humain, chacun la vit de façon personnelle et unique. Elle peut aussi bien emprunter

les affres de l'angoisse que prendre l'allure d'un léger agacement. Et si l'on veut préciser son objet, on se rend compte que tout peut éveiller la culpabilité, selon les personnes, les systèmes de références...

Mais au-delà de ces considérations générales, la culpabilité a des ancrages internes au service du rapport et du désir. Elle est un vécu pédagogique, profondément ambivalent, qui pointe vers la responsabilité mais garde dans l'illusion du pouvoir sur soi d'être autrement. La culpabilité germe donc du non-reçu et de l'irrecevable en chacun. Le sadomasochisme y prend ses racines et alimente la culpabilité à son tour.

La culpabilité a en soi, en l'humanité et en tout le processus d'humanisation des ancrages profonds. Elle porte le désir et l'enclôt dans le narcissisme, dans la volonté de changer, dans le regret et dans le remords. Elle camoufle le non-reçu en indiquant sa présence et en l'apprivoisant. C'est là sa fonction pédagogique. Le malaise qu'elle cause est un leurre qui pourrait se formuler ainsi : « Je fais tout pour être bon jusqu'à vouloir même changer ma vie, mais je n'y parviens pas, je me sens mal, honteux, coupable, et ce sentiment m'incite à essayer de nouveau. » En abandon corporel, il y aurait à recevoir que j'ai tout fait pour changer, mais en évitant de recevoir ce qui de moi m'effraie et est à l'origine de mon échec.

Malgré son caractère pénible et parfois insupportable, la culpabilité garde dans le narcissisme. Elle est moins menaçante que le risque de se recevoir globalement, qui rendrait responsable. La culpabilité et son correspondant, l'accusation, ont la même origine et la même fonction dans le processus d'humanisation. Elles vont de pair. Plus on se sent coupable, plus on risque d'accuser et inversement.

La culpabilité habite le même univers que le sadomasochisme. Ils s'alimentent ensemble au pôle nié de l'ambivalence. La culpabilité et l'accusation existent depuis le début des temps. Elles sont encore la forme la moins menaçante de la responsabilité, le lieu de son apprivoise-

ment et de son apprentissage. En un sens profond, la culpabilité est la protestation en soi des autres non reçus.

Les institutions de tous ordres ont largement utilisé ce moteur du désir humain pour se perpétuer, et il faut reconnaître que les individus ont trouvé en elles le lieu nécessaire à leur devenir. Ainsi, la responsabilité est un processus en devenir depuis le début de l'humanité, amorcé dès l'origine par la présence progressive des autres non reçus en chacun, par la culpabilité. Ce processus ne peut vraiment s'accomplir, comme toutes choses humaines, que dans le risque de se recevoir globalement.

Chaque individu aurait à recevoir comme soi le pôle nié de son ambivalence, à l'habiter dans un devenir jamais accompli. Ce serait là le chemin pour sortir progressivement de la culpabilité. Ce processus s'identifie à l'être, au devenir soi. Il est la position ontologique définie dès le début de cet ouvrage, prendre le risque de recevoir tout ce qui se passe en soi comme appartenant à soi, comme étant soi. Ce risque permettrait progressivement d'émerger du narcissisme, de l'existence fragile et trompeuse, mais combien nécessaire, de ce qui n'est pas reçu de soi.

Du déterminisme à la liberté

Ces deux termes ont toutes les apparences de la contradiction. Le déterminisme éveille l'idée de ce qui est fixe, unidirectionnel, immobile, contrôlé par des forces supérieures – un peu comme un instrument exactement préparé pour jouer tel rôle, telle fonction et non d'autres. Voir ainsi l'être humain impliquerait qu'il ne fait que répondre à ce qui est commandé de l'intérieur, à partir de certaines forces qui le contrôleraient sans possibilité de choix.

Il est aussi possible d'imaginer un déterminisme qui serait moins absolu et qui ouvrirait à certaines initiatives. Mais qu'en est-il ? La notion de liberté est elle aussi très vague. Chacun s'y réfère à sa manière. L'un parlera d'un pays où il n'y a pas de liberté, d'un lieu où les libertés ont été

abolies. Un autre se battra pour elle et sera hypersensible aux atteintes contre elle. Mais que sont la liberté et le déterminisme dont il est ici question ?

Émergeant de l'animalité et de la matière, l'être humain a commencé son long périple dans l'absence de corps humain, sans traces d'humanité en lui et de présence des autres organisant son corps, sans liberté donc et sans déterminisme humain non plus. Pourtant, le déterminisme n'est pas étranger au devenir de l'être et la liberté n'est pas étrangère au déterminisme. Il doit y avoir un lien entre les deux puisque la liberté semble avoir surgi du déterminisme et qu'elle s'y entremêle étroitement.

Appliqué à la condition humaine, le mot *déterminisme* réfère à des réalités complexes. Les premiers humains n'étaient que projet d'humanité, sans conscience d'eux-mêmes et des autres s'éveillant de la présence organisante des autres en soi. N'ayant pas de lieu pour se recevoir, tout en eux était irrecevable.

Ainsi, déterminisme et liberté occupent un espace qui se rejoint : avec les autres et avec soi-même, ils s'insèrent dans le rapport humain. Le déterminisme est l'organisation corporelle dans ce qu'elle a de non reçu et d'irrecevable. C'est la présence de l'humanité tout entière en chacun, le marquant de façon unique jusqu'à la psychose. Déterminisme et liberté occupent un espace complémentaire. La liberté est apparue quand il y a eu possibilité de se recevoir minimale-ment. Elle pourrait atteindre sa plénitude dans le processus jamais terminé de se recevoir globalement. La liberté, ce sont les autres reçus en soi comme étant soi, organisation de tout soi-même.

Liberté et déterminisme varient non seulement d'une personne à l'autre, mais à chaque moment de l'existence. L'une et l'autre sont une expérience inconsciente. Il faut se placer dans le processus de s'ouvrir à soi de façon rigoureuse pour percevoir lentement des différences. On pourrait dire, en simplifiant, que chacun a le déterminisme de sa liberté, dans des dimensions inversement proportionnelles.

La liberté dont on parle en général – qui est celle de ne pas être entravé dans ses projets et ses intentions, celle de faire ce que l'on veut – est pédagogique de cette autre liberté, ontologique celle-là, qui accompagne le processus sans fin de se recevoir et qui porte tous les déterminismes issus, à l'insu, du non-reçu et de l'irrecevable. Le mot *liberté* utilisé par chacun au sens courant du dictionnaire garde dans l'illusion. Au niveau inconscient, cette liberté de la vie quotidienne porte sous-jacents tous les élans du désir qui trouvent leur chemin de vie.

La liberté ontologique vers laquelle tend l'humanité a toutes les dimensions du rapport et du désir. Elle apparaît dans le risque pris de se recevoir globalement. Elle est identique à l'être soi et, de ce fait, elle laisse toute sa place à l'être des autres, les autres étant constitutifs de soi. La liberté est interdépendance, elle est liée au risque pris d'être soi, dans le processus jamais terminé de se recevoir, et elle occupe tout le champ de la paradoxalité.

Chapitre 8

Le corps en processus de spiritualisation

Le corps humain est rapport

La recherche du sens – le spirituel – est au cœur de la vie, elle est inscrite dans le fait d'être humain et, aussi loin que l'on puisse remonter, on la retrouve dans toute l'histoire de l'humanité. Mais le spirituel est chargé de toutes les ambivalences de la réalité humaine. Il émerge de ses coupures et, de ce fait, il habite un monde spécial, séparé de soi. Généralement, il s'alimente dans des institutions et il peut devenir religions, sectes, comme il était autrefois mythologies. Cela constitue toujours un phénomène fondamental et troublant, le meilleur et le pire s'y côtoyant sans cesse.

Voir apparaître des dimensions spirituelles de la matière et du corps est surprenant. C'est pourtant là qu'ont mené l'expérience et la recherche en abandon corporel. À l'occasion de vécus souvent éprouvants, surgissait une compréhension nouvelle de certaines situations : des textes sacrés s'éclairaient, sans qu'il fût possible, à ce moment-là, de saisir l'origine de ce qui se passait. Avec le temps, il est devenu évident que le risque pris de se recevoir globalement donnait tout son sens à de tels événements.

La position de recherche prise a permis de formuler ce que contiennent ces pages. Il s'agit de l'ouverture à tout soi-même, du risque pris de se recevoir globalement tant par le psychothérapeute-chercheur que par ses clients. Ce regard jeté sur l'être émerge du mouvement intérieur de devenir, un processus sans cesse renouvelé qui rend possible l'accès à toutes les dimensions de soi.

Cet aspect est fondamental: l'ouverture globale à soi est mouvement intérieur, permission d'émerger donnée à tout ce qui est accessible. La dialectique entre l'événement qui surgit à chaque moment et le risque pris de se recevoir globalement est au cœur de l'accomplissement humain. Toute réserve, tout refus, tout passage à l'acte rompt ce mouvement entre l'un et le multiple, la partie et le tout. Il reste alors à recevoir cette rupture en soi, comme soi, pour recréer ainsi l'ouverture globale.

C'est là la position ontologique de l'abandon corporel. C'est aussi son espace de recherche : la prise du risque d'être soi entièrement précède la connaissance et la permet. Tout est toujours à découvrir, l'ouverture globale n'étant jamais acquise. L'abandon corporel n'est donc pas un ensemble cohérent d'hypothèses fondatrices d'un discours structuré qu'on pourrait appeler une théorie. C'est avant tout une position pour devenir ce que l'on est. C'est un espace de recherche centré sur le chercheur lui rappelant qu'il ne peut vraiment accéder à de nouvelles connaissances qu'en s'ouvrant à tout lui-même.

De cette expérience d'ouverture à soi surgissent des compréhensions nouvelles, étonnantes, qui deviendront ensuite moins claires et moins évidentes. Ces compréhensions resurgiront à l'occasion d'autres expériences et se montreront sous des jours nouveaux. Dans cette perspective, tout de soi est relatif à soi, même ses convictions les plus profondes. Rien de soi n'est la vérité ni la rectitude pour tous, mais n'est toujours que sa vérité et sa rectitude à soi. Tout *a priori* non relativisé, n'étant que sa position à soi, limite l'ouverture à soi, à la vérité et donc à l'autre.

Ces conditions étant assurées et sans cesse renouvelées, tous les modes du rapport peuvent être vécus dans la présence aux autres, y compris ceux de tout le processus d'hominisation, de son origine à sa fin. Cette position de l'ici et du maintenant est actualisation simultanée de tous les espaces et de tous les temps. C'est le passage à l'éternité. Cette ouverture à tout soi fait venir à être toutes les dimensions de soi, venant du passé et des autres, jusqu'à l'origine de l'humanité, jusqu'à la matière, tout en s'entrouvrant sur l'infini. À cet instant précis de se recevoir globalement comme soi, tout des autres et de l'histoire humaine étant en même temps reçu peut être. Tout est à recevoir.

Le corps humain – à l'origine corps animal – s'est imprégné du rapport qui a germé de lui. À travers ce long processus d'institutionnalisation, il est devenu organisation de rapports et du rapport, capable de plus en plus de se recevoir globalement, ne devenant ainsi que rapport. Le corps humain est un long passage en deux temps de la matière à l'esprit. Le premier a surtout été l'œuvre de l'ensemble de l'humanité et de tout le processus d'institutionnalisation. Le second appartient davantage aux individus qui, en parvenant par de multiples chemins à se recevoir dans tout leur être et en s'accomplissant, accompliraient en eux-mêmes l'humanité entière.

Un processus d'incarnation

Le devenir humain est une aventure d'une grande exigence. Chacun la vit à sa manière, comme cela lui est possible. C'est une expérience pleine de contradictions: une entrée de l'esprit dans la matière, « le Verbe qui se fait chair » dont parle le christianisme. Cette intuition chrétienne est d'une immense profondeur, elle parle d'autre chose: d'une intervention d'un ailleurs dans l'histoire, et c'est là une question qui dépasse le propos de cet écrit. Il n'empêche que la réalité de ce qu'on appelle l'incarnation, dans un sens un peu différent, est incontournable : tout le processus d'hominisation est une lente

entrée de l'esprit dans la matière jusqu'à ce qu'il n'y ait plus que l'esprit. La matière, le corps se spiritualisent.

C'est très lentement que le corps animal est devenu corps humain, au cours de millions d'années, et il s'agit là d'une expérience inaccessible à la conscience immédiate de quiconque. On a tendance à penser que les humains ont toujours été à peu près comme ils sont et qu'ils continueront indéfiniment de garder à peu près leur forme actuelle. Mais au rythme où se transforme la vie, dans 10 000 ans, l'humanité aura un aspect autre que celui d'aujourd'hui, qui sans doute est déjà éloigné de celui de l'humanité d'il y a 10 000 ans. Le corps, sous la poussée de l'esprit, évolue sans cesse.

Mais l'essentiel du processus d'hominisation n'est pas extérieur. C'est cette expérience jamais terminée pour chacun des individus de se découvrir, de se reconnaître et de se recevoir comme fils et fille de l'humanité. Chacun des humains est devenu ce qu'il est à l'intérieur de ce long processus d'hominisation et des institutions qui ont marqué ses lignées d'appartenance. Chacun est le fils ou la fille de ses parents et, par eux, de l'humanité entière.

Vouloir passer à côté de cette réalité constitutive de soi engage la vie dans une impasse. Ce n'est pas que les individus ne peuvent pas, à un certain niveau, changer la réalité, agir sur le devenir humain, bien au contraire. Toutefois, ceux qui ont le plus marqué, changé l'histoire n'étaient pas des révoltés, et c'est dans la reconnaissance de leurs appartenances qu'il est le plus possible aux humains de faire progresser la vie.

Se découvrir et devenir fils, fille constituent le cœur du processus de se recevoir. S'ouvrir à tout soi-même, c'est se rendre compte que la vie est organisée en soi, qu'elle a ses lois, qu'on ne peut en faire ce que l'on veut. En profondeur, il y a à se soumettre à elle. C'est le chemin du désir, et ce n'est pas là une attitude de passivité, bien au contraire. Se placer dans les conditions de se recevoir globalement est une activité sans cesse à renouveler tellement n'est jamais acquise cette présence à tout soi-même.

Prendre la position de vouloir changer et de créer sa vie évite en partie cette filiation, du moins dans ce qui touche en soi le pôle négatif de l'ambivalence, ce qui est souvent l'essentiel. Dans son projet de guérison et de changement, la psychothérapie en général va inévitablement dans ce sens. Elle épouse les mécanismes du processus d'humanisation qui sont ceux de créer et d'inventer la vie, et cette manière d'agir est moins menaçante que celle de se recevoir globalement. Elle a aussi, il importe de le reconnaître, permis à l'humanité de faire tout ce chemin et elle a aidé un nombre incalculable de personnes.

Mais des aspects essentiels de l'être échappent à cette approche qui garde dans le narcissisme en évitant d'aller toucher ce qu'il y a de plus vulnérable en chacun. Ne permettant pas d'assumer les deux pôles de l'ambivalence de l'être, l'ambivalence du rapport demeure ainsi non reçue. Une telle approche préserve aussi la coupure en soi, de sorte que l'expérience de tout soi-même demeure impossible et qu'est également inaccessible une connaissance ouverte à toutes les dimensions de la vie.

La position de se recevoir globalement place chacun sur le plan de son être. Il n'y a plus alors des malades à guérir, mais des êtres à recevoir dans leur globalité de sorte qu'ils puissent peu à peu se recevoir eux aussi de la même manière, même ceux que l'on qualifie de psychotiques. Cette approche fait ressortir l'unicité de chacun : personne ne peut être comme un autre. Recevoir l'organisation de soi-même, de son unicité, de son déterminisme, est par conséquent la voie pour accéder à la liberté, sortir de la culpabilité et s'engager sur le chemin de la responsabilité.

Le choix ontologique de l'abandon corporel amène les êtres, dans la mesure du possible, à n'être que ce qu'ils sont. C'est les placer dès le départ dans un cadre de responsabilité, dans un processus d'individuation, de devenir soi, qui dépasse les catégories du diagnostic. Personne n'est angoissé de la même manière qu'un autre, personne n'a vécu la mort d'un parent de la même façon qu'un autre. Le vécu de

chacun émerge d'une organisation unique de son être et il est à recevoir comme expression de lui-même. Chacun est fils ou fille unique de la vie, à travers ses parents et ses lignées d'appartenance.

Cette reconnaissance d'une filiation à toute l'humanité, unique à chacun, trouve toute sa place dans ce mode de rapport qui est ouverture à tout soi-même et donc accessibilité à ce qui surgit en soi à chaque moment. L'ouverture à tout soi-même et l'ouverture à ce qui surgit alors à chaque moment constituent les deux pôles de l'interdépendance et du mouvement intérieur. Ce qui surgit de cette ouverture globale – émotion, sentiment, tension, vide, fantasme, bien-être... – est soi, son corps humanisé, sa nature. C'est l'incarnation. L'organisation corporelle, assumée dans l'ici et le maintenant de ce qui surgit, est la reconnaissance que tout ce qui émerge de soi est trace des autres en soi. Devenir soi est identique à recevoir les autres en soi, comme soi : l'incarnation est interdépendance.

L'interdépendance constitutive

Les êtres humains ont ce destin unique et universel d'être inextricablement interreliés dans leur origine, leur conscience et leur devenir, leur être et leur accomplissement. Tous sont un, et chacun, unique, est tous les autres. C'est là la découverte de l'interdépendance constitutive de la vie humaine : soi, ce sont les autres en soi. Se recevoir globalement, c'est faire toute sa place à son individualité, à son unicité et à celles de tous les humains, c'est se découvrir constitué de l'humanité entière. À ce niveau d'ouverture à soi laissant apparaître le fond de l'humanité comme mouvement, non seulement dans l'histoire mais dans son être même, les lois qui régissent l'être humain ne sont plus causales, linéaires, dans l'espace et le temps continus, mais paradoxales, dans l'ici et le maintenant de tous les espaces et de tous les temps actualisés.

Le cœur de soi, soi-même, ce sont les autres en soi, et le processus de s'incarner est la découverte et la reconnaissance

des autres comme étant soi. Soi, c'est se découvrir venant des autres, c'est par conséquent se découvrir fils, fille. Mais cette reconnaissance de soi est, par mouvement de retour, la vie donnée à toute l'humanité, reconnue comme origine de soi. Ce don réciproque de la vie, nécessaire et incontournable, est ontologiquement amour et connaissance, amour et connaissance identiques à l'être. C'est bien de façon constitutive que l'être humain est interdépendant, et non seulement dans son devenir historique.

Assez étrangement, on retrouve ici les deux dogmes fondateurs du christianisme : l'incarnation et la trinité. Peut-être que ces concepts fondamentaux, articulant l'être et le devenir humain, viennent d'en bas, de la vie. Et peut-être que le seul fait d'avoir reçu globalement son existence et de l'avoir habitée suffirait à formuler la vie en utilisant ces concepts qui sont – en tout cas comme le perçoit l'abandon corporel – ceux-là mêmes du mouvement intérieur, de l'être humain s'accomplissant. Peut-être aussi que, poursuivant de plus en plus cette expérience de se recevoir globalement, il serait possible de rejoindre par le fond de la vie tous les symboles des grandes démarches humaines, qui de ce fait deviendraient plus accessibles. Et il n'y aurait plus alors autant de mystères.

Interdépendance et paradoxalité

Le spirituel n'est une réalité autre, dichotomique, que dans la mesure où les humains sont divisés en eux-mêmes. De ces coupures intérieures, différentes en chacun, sont nées les institutions de tous ordres, allant des mythologies aux religions, des mouvements ésotériques les plus divers aux sectes les plus explosives. De toute évidence, ce recours à une infinité de lieux extérieurs pour donner un sens à son existence est partie intégrante de l'histoire de l'humanité. Ces lieux sont tous à respecter, étant le choix et les possibilités de chacun. Là comme ailleurs, le déterminisme, au sens donné dans ce texte, joue fortement et les risques d'égarement sont peut-être plus grands. La recherche du sens en dehors de soi,

tout comme l'expression de la sexualité, prend toujours des chemins narcissiques. Ce sont là les risques nécessaires du devenir humain.

Les institutions, religieuses ou autres, même les plus profondes et les plus généreuses, même celles qui ont le plus marqué l'humanité dans sa recherche de sens, ne sont pas en elles-mêmes des lieux de démarche intérieure. Il arrive que des membres de ces institutions soient d'authentiques êtres en démarche et de grands mystiques. Les institutions ne peuvent que s'en méfier, et pour cause, mais ce serait une erreur de leur en faire le reproche car il en va de leur existence : elles se défendent viscéralement devant la menace de perdre leur contrôle et leur pouvoir. Ce que les humains ont toujours recherché en elles, en les instaurant, a sans cesse été le fait qu'elles les protègent de la globalité d'eux-mêmes tout en les faisant s'approprier à de nouvelles dimensions de leur être.

Il faut dire que les critiques de ces institutions, surtout celles qui viennent de l'intérieur, ne sont pas toujours exemptes d'un besoin identique de pouvoir et que, même quand elles sont justes, elles laissent souvent apparaître une violence mal dissimulée. Cela dit, ce n'est pas que les institutions ne soient pas toutes, à des degrés divers, critiquables. Elles sont toutes faites pour laisser éventuellement la place à d'autres institutions et finalement disparaître, les unes après les autres. Mais c'est une erreur et une bataille vaine de vouloir leur demander d'être, comme institutions, des lieux de démarche plutôt que des lieux d'appropriation et d'apprentissage de soi. La démarche intérieure, le risque d'être globalement soi quel que soit le chemin pour s'y engager ne peut être qu'une aventure personnelle, que ce soit à l'intérieur des institutions ou à l'extérieur.

La recherche du sens se fait de plus en plus hors des sentiers battus, en psychologie, en psychothérapie, en science... Les questions posées sont lourdes et importantes, et les réponses inégales. Ces nouveaux lieux de quête se rapprochent de leur milieu, de la matière et d'eux-mêmes, mais

ils ne rendent pas la tâche plus facile, loin de là, et les risques d'impasse sont là encore tout aussi considérables. L'exigence d'être soi rend toujours attrayantes les voies d'évitement.

Malgré toutes les embûches et tous les risques qu'elle comporte, la recherche du sens continuera et passera sûrement de plus en plus de l'extérieur à l'intérieur de soi, à mesure que les humains prendront davantage conscience d'eux-mêmes. Les institutions auront éventuellement à céder progressivement leur place, tout en continuant de jouer leur rôle le temps qu'il faudra, mais ce sera sans doute dans de plus en plus de tribulations. Il n'est pas facile de vivre sans institutions, et ce sera certes un long et pénible apprentissage que d'arriver à s'en passer.

L'abandon corporel n'est pas en soi une recherche de sens. C'est essentiellement un mode de rapport ouvert à la globalité de l'être, une position ontologique favorisant l'accès à la vie de chacun, une attitude radicale de recherche centrée sur le chercheur. Mais cette position en fait d'emblée une démarche, un lieu où sont impliquées sans cesse toutes les dimensions de la vie, un lieu au-delà de l'espace-temps continu, dans l'ici et le maintenant qui contient tous les espaces et tous les temps. Cette position pour l'être favorise la connaissance de soi et des autres : de soi, dans un processus jamais terminé ; des autres, dans leur unicité se révélant sans cesse. Ce devenir et cette ouverture sont expérience de sens et le risque d'être est celui-là même de connaître, dans la mesure où ce risque est authentique, sans faux-fuyants d'aucune sorte.

Cette position engage le mouvement intérieur, ce processus sans fin d'être son corps, de le rapatrier de toutes les formes d'institutions et de culture. C'est fondamental. Autrement, sans qu'on le sache, ce que l'on trouve en soi est une réplique de ce que disent les traditions et les acquis de la culture. Chacun porte tout le processus d'institutionnalisation. Il en est les traces. Toutes ces traces – les douleurs et les détresses de chacun –, non reçues, retiennent dans des connivences avec le monde extérieur et les institutions de tous

ordres. Ce n'est que dans le risque pris de se recevoir globalement que peuvent disparaître progressivement ces connivences, que peut se rapatrier le corps et que peuvent s'ouvrir de nouvelles voies de connaissance. Le corps globalement reçu transcenderait toute l'histoire sans rejeter ni déformer quoi que ce soit et ce serait le processus même d'incarnation.

L'incarnation, ce processus de devenir corps humain, nature humaine, initié depuis le début de l'humanité, s'accomplissant dans le processus sans fin de se recevoir globalement, découvre l'interdépendance constitutive des humains. Le fond de l'être apparaît alors dans toute sa paradoxalité : chacun est d'autant plus lui-même qu'il est tous les autres, l'humanité articulant son être. Dans son corps reçu, se révèle cette capacité de la matière de résoudre toutes ses contradictions en les intégrant. Le fait de se recevoir globalement récapitule l'histoire, intègre l'humanité jusqu'aux premiers humains, en secrète tout le sens, même celui de l'absence d'humanité et de la réalité dichotomique et ambivalente.

Le processus d'humanisation apparaît, préparation au destin humain d'accomplir l'histoire en se recevant et en la recevant, de résoudre les ambivalences en les reconnaissant comme soi, de transcender les dichotomies, les contradictions et les opposés en prenant le risque d'être globalement soi. Le soi devient le lieu unificateur de ce qui divise les humains entre eux et en eux-mêmes. Mais le soi n'est jamais acquis, il est le processus infini de se recevoir, le passage de la matière à l'esprit dans l'expérience sans plus passer par la coupure et l'aliénation pour se faire un chemin. Le soi est le passage au paradoxal.

La paradoxalité est la loi qui régit le monde du soi, de l'être reçu, tout comme la causalité est celle qui régit celui des défenses et du non-reçu. À l'univers de la coupure, la paradoxalité apparaît admirable, mais irréalisable. C'est un discours qui semble venir d'un autre monde, et pour cause, il vient du fond de soi, le soi reçu, et il est théoriquement accessible à tous, à condition de consentir à tout soi-même.

La paradoxalité se rencontre dans les livres sacrés et les mystiques en font usage, mais peut-être les livres sacrés viennent-ils aussi des profondeurs de soi, de même que la mystique, et leur point commun pourrait être le risque pris de se recevoir globalement, dans des conditions et des cadres de référence différents. L'accès à une paradoxalité authentique serait-il l'un des critères valables d'une expérience intérieure véritable ?

La position de se recevoir globalement est d'emblée une ouverture à la paradoxalité. C'est l'accueil à tout soi-même qui rend possible l'émergence de ce qui en soi est accessible à ce moment-là. L'on est d'autant plus présent en ce qui arrive de plus particulier que l'on est ouvert à tous les espaces et à tous les temps de soi. À l'inverse, dans la mesure où l'on est ouvert à toutes les dimensions de son être, on est davantage présent à l'événement particulier. Plus un individu est, plus il se découvre être les autres et plus il les fait être. C'est là le paradoxe : plus il est les autres, plus il s'en sépare dans ce qui lui est le plus spécifique. Ce que l'on nomme l'ici et le maintenant prend des dimensions infinies : celles de l'être qui est rapport. On retrouve ici ce qui a été dit de l'incarnation et de l'interdépendance : se recevoir vraiment, c'est se découvrir comme fils, fille de l'humanité et de ce fait donner vie à cette humanité en soi, comme soi, et donc à toute réalité.

L'ici et le maintenant n'ont vraiment de sens que dans le fait de se recevoir globalement. Alors, la réalité ontologique du rapport vivant étant habitée, le mouvement intérieur rend possibles et actuels tous les espaces et tous les temps de ses appartenances. L'être est tous les espaces et tous les temps à chaque instant. Les expressions *être soi*, *habiter tout son être* ne disent rien d'autre. La paradoxalité ne fait que rendre compte de la réalité ontologique de soi. Cette expérience d'être tout soi est une longue conquête pour l'humanité entière et pour chaque individu.

Il existe en chacun le désir d'habiter son individualité et donc d'être soi. Si tous les humains prenaient ce risque, la vie de l'humanité serait transfigurée, mais cette dernière n'est

pas encore arrivée là. L'exigence de se recevoir est plus menaçante que les souffrances générées par les coupures et le devenir a laissé des traces si mortelles que se recevoir est devenu impossible pour ceux qui en souffrent. Pourtant, c'est cette direction que prend le désir et rien ne semble pouvoir l'arrêter dans sa quête d'accomplissement.

La liberté sera toujours une conquête à faire en soi, liée au fait de se recevoir, qui équivaut à recevoir les autres en soi. La position de se recevoir globalement en fait apparaît les vraies dimensions. La liberté prend d'autant plus d'importance que, recevant tout de soi, on se donne accès à ce qui est possible en soi et on reconnaît et affirme que tout de soi vient des autres, est les autres. L'individu est d'autant plus libre qu'il reçoit sa filiation. Dès lors, la liberté en lui prend toutes les dimensions de l'être soi.

La matière et l'esprit, ces irréconciliables, sont le sujet même du présent ouvrage. Vus du regard statique des coupures et des défenses, la matière et le corps, l'esprit et l'âme émergent d'univers différents. La pensée et l'agir sont de tout temps allés tantôt vers l'un, tantôt vers l'autre. Ce mouvement de pendule est vivace. L'univers de la psychologie et de la psychothérapie en est un bon exemple. Que l'on pense à l'engouement pour tout ce qui touche le corps, il y a une trentaine d'années, aux États-Unis. Ce mouvement important a eu une influence presque mondiale, mais la ferveur est passée et l'intérêt se porte maintenant à l'autre extrémité du balancier, celui de l'esprit. La recherche sur le corps reviendra car, séparés l'un de l'autre, les deux pôles sont blessés. Il semble qu'il y ait à trouver une position centrale. L'abandon corporel pourrait bien être celle-ci : se recevoir globalement, intégrant dans le soi la matière et l'esprit, le corps se spiritualisant dans le mouvement sans fin du passage de la matière à l'esprit.

C'est la matière qui se spiritualise, le corps qui devient esprit. Il n'y a que la matière, le corps, capables d'atteindre ce niveau d'être qu'est l'esprit. Tout vient de la matière et du corps, et pourtant l'esprit était là dès l'origine, comme une

promesse dans la matière. La matière ne serait-elle pas potentiellement esprit, attendant pour le manifester que des êtres puissent la recevoir dans sa plénitude ? Ne serait-on pas d'autant plus esprit qu'on serait matière et, à l'inverse, d'autant plus matière qu'on serait esprit ? C'est le processus d'incarnation, du devenir corps, et c'est aussi l'interdépendance révélée, qui est amour et connaissance : la matière devient esprit et l'esprit accomplit la matière.

Un regard sur la mort

La mort est le plus intouchable des tabous, le plus obscur des sujets à traiter. Que dire d'elle sinon qu'elle est inévitable, qu'on ne sait rien d'elle, qu'elle atteint les humains à tous âges, qu'elle est universelle. Au bout de cette liste qui pourrait s'allonger, il reste la mort, que presque tous craignent, qu'un petit nombre appellent et que peu choisissent.

La mort est perçue par beaucoup comme l'événement qui jette une ombre sur la vie entière. Elle devient bouc émissaire, la bête noire à repousser le plus longtemps possible. Il faut même éviter d'en parler et, quand elle se présente, tout est mis en œuvre pour la camoufler de sorte qu'on se rende le moins possible compte de sa présence. La mort effraie.

Les mythologies et les religions ont inventé toutes sortes de rituels pour l'entourer. Dans certaines situations, elle est glorifiée comme le lieu par excellence pour manifester sa foi, sa fidélité à ses engagements et à ses principes. La mort n'est pas une réalité, un geste comme les autres. Elle a rendez-vous avec le sens de la vie. Elle est chargée du lien de la matière avec l'esprit. L'Orient a inventé la réincarnation pour résoudre les questions posées par la mort. En Occident, c'est la résurrection qui porte le fardeau d'éclairer ces mêmes questions.

Toutes les interrogations posées par la mort peuvent se résumer, se ramener à celle, radicale, de l'inachèvement de la vie, de son incomplétude. C'est l'échec du désir, cet élan de l'être vers son accomplissement, ce qui pose le problème du

mal et qui, du même coup, introduit la méfiance à l'égard de la matière dans son rapport à l'esprit. L'espace sans limites du monde spirituel ne peut pas relever de la seule matière. Que ce soit en Orient ou en Occident, les réponses données à cette question sont celles de la méfiance.

Le désir, dit l'Orient, doit s'accomplir, mais en se libérant, en se dégluant de tous ses liens avec la matière. Comme cela ne peut se faire de façon générale dans une même vie, il reste à revenir continuer le processus de spiritualisation jusqu'au point où l'esprit pourra s'échapper définitivement de la matière. Il s'agit là d'une simplification de la métempsychose, mais elle est suffisante pour faire voir la profondeur de cette position. La réincarnation résout le problème de la mort en tant que limite au devenir humain. Elle situe l'accomplissement du désir – la perfection dans cette vie – dans des réincarnations successives. Dans cette perspective, l'Orient a mis beaucoup l'accent sur des techniques de méditation, des méthodes pour aider les individus à s'affranchir définitivement de la matière et de leur corps, pour être enfin libres.

Cette manière de concevoir l'accomplissement met l'accent sur la responsabilité individuelle : à chacun de faire son salut et de s'accomplir. De cette compréhension de la vie sont sortis des humains exceptionnels qui ont marqué l'histoire, et sa présence en Occident se fait de plus en plus sentir. L'importance qu'elle donne à la démarche intérieure, entre autres par la méditation, sera pour tous un apport précieux. Mais cette solution au problème de la vie et de la mort consacre définitivement la dichotomie corps-esprit, donnant peu d'importance à la matière et à la vie présente.

Le monde occidental prend un autre chemin pour résoudre le problème que pose la mort à l'accomplissement du désir. Son rapport à la matière et à l'esprit est également différent. Pour l'Occident chrétien, il n'y a qu'une seule vie pour accomplir le désir, mais la mort n'est pas définitive, la résurrection vaincra la mort et ses limites, car il y a un au-delà de la mort. Le désir en chacun n'est donc pas coupé définitivement dans son élan. Il continue son oeuvre dans

l'âme immortelle jusque dans la résurrection. Sous une forme différente, spiritualisée, la matière fera partie de l'éternité.

Dans cette logique, tout se complexifie : la vie humaine origine d'une intervention extérieure divine, de même que celle de l'âme immortelle de chacun, car la matière n'est pas capable seule d'être créatrice de la vie humaine. Dans la perspective occidentale, dès le départ de l'humanité et de la vie de chacun, il y a rupture de la matière avec l'esprit. Il y a en outre une interpellation de l'être humain par l'être divin dans tout ce qui concerne la vie et la mort, le corps et l'esprit. Autrement dit, l'être humain n'est pas seul, il est dans un rapport continu avec cet autre Être de qui il vient. Et la mort arrive comme conséquence d'un brouillage dans le rapport de l'homme avec son Créateur. Elle doit donc être le lieu de la réconciliation devenue possible dans un geste gratuit de l'Être divin venant dans son Fils vivre cette mort en la transcendant dans la résurrection.

Dans ce cas également, bien sûr, il y a simplification pour dire en peu de mots l'essentiel de la solution au problème de la mort apportée par le monde judéo-chrétien. Dans cette optique, le rapport au Tout-autre est fondamental: la vie et la mort ont leur origine et leur solution dans ce rapport, et c'est dans ce rapport que le désir trouve le lieu par excellence de son accomplissement. La matière n'est pas ici vraiment gardée à l'écart, comme en Orient. Elle a un destin spirituel si l'on veut, mais pas en elle-même. D'une certaine manière, elle est aspirée par l'esprit, qui vient du Tout-autre et qui va vers lui. La matière demeure le lieu de la défaillance, de la souffrance et de la mort qui l'accompagne.

L'abandon corporel approche la réalité de la mort à sa manière, qui n'est pas celle du monde oriental ni celle du monde occidental. Sa vision est toutefois plus proche de l'Occident que de l'Orient. Pour l'abandon corporel, c'est la matière qui devient esprit – il n'y a donc que la matière se spiritualisant – et la vie humaine de même que le processus d'homínisation font partie de ce devenir spirituel de la matière. Il y a eu un commencement à cette humanité qui

a débuté dans l'absence d'elle-même, dans une non-définition absolue et une dépossession aussi grande. Les premiers rapports humains ont été vécus par des individus émergeant de l'animalité, absents d'eux-mêmes comme êtres humains.

Ce mode de rapport initial, nécessairement sadomasochiste, a été le berceau de l'humanité. Tous les enfants du monde y ont été bercés à travers les premiers enfants de l'humanité, et tous les autres par la suite. Tout de la vie de chacun est marqué de cette origine et tout le processus d'hominisation en est issu, même la mort. C'est dans le rapport que meurent les humains, comme c'est dans le rapport qu'ils vivent aussi tout de leur vie. La mort porte toutes les traces du rapport humain, elle en porte tous les manques et toutes les violences. En aucune manière elle n'est une punition et, de toute façon, elle est inévitable.

Mais la mort est vécue en chacun comme chacun a vécu sa vie, dont elle est le moment ultime. Mourir est essentiellement un acte de vivant. Il est donc inévitable que les coupures, le non-reçu et l'irrecevable que chacun porte dans sa vie se retrouvent dans sa mort. Même à son insu, le désir passera à travers tout ce qui n'est pas reçu, il se perpétuera dans les autres, de génération en génération, cherchant à s'accomplir dans le risque pris par les êtres d'être soi. C'est là que s'accomplissent, depuis le début de l'humanité, toutes les morts antérieures. Il n'est sans doute pas imprudent de dire que toute mort humaine est une mort violente. Cette mort, dont chacun meurt et que chacun vit à sa manière, est le passage inévitable du désir bloqué par le non-reçu en soi, et cela est à recevoir comme soi.

La mort que chacun connaît et vit est celle-là même qui est possible, celle donc qu'il y a à recevoir. Qu'elles soient prématurées, violentes, honteuses ou simplement paisibles, toutes ces morts ont à être vécues. Tous les humains sont morts ainsi, mais l'approche de l'abandon corporel permet de pressentir que la mort puisse devenir non pas seulement le passage irrépressible du désir, mais son accomplissement.

Dans cette perspective, la mort serait rencontre avec tout soi-même, avec l'humanité entière, elle serait l'expression par excellence de la vie. Cette mort pourrait d'ailleurs venir après une vie beaucoup plus longue et moins douloureuse, et c'est dans les possibilités du désir humain qu'il en soit ainsi.

C'est pourquoi il importe de ne pas jouer au maître de la mort – pas plus au début qu'à la fin de la vie – comme si c'était là trouver une solution définitive, sans espérance que la mort et la vie puissent devenir autre chose. Il y a évidemment à tenir compte de la vie comme elle peut se vivre, en ce qu'elle est en ce moment du devenir humain : des situations difficiles et même intenable amènent à prendre par rapport à la vie et à la mort des décisions tout à fait justifiables, mais ce ne peut être que circonstanciel et à regret. Ce ne sont là que des solutions passagères qui peuvent favoriser la vie humaine dans son histoire actuelle.

Pour l'abandon corporel, la mort a aussi rendez-vous avec le désir, tout comme la réincarnation et la résurrection, mais de façon différente : la mort n'y est pas obstacle au désir. Elle en sera le chemin et l'expression. Elle pourra même devenir son lieu d'accomplissement. C'est en soi qu'il y a à résoudre le rapport du désir à la mort – dans le fait de se recevoir de plus en plus globalement dans un processus jamais terminé – de sorte que le désir trouve en soi une voie ouverte.

Cette perspective donne à la matière et au corps toute leur importance. C'est là que se déroule leur recherche de sens. Et ce n'est pas l'impasse. Tout est à trouver à l'intérieur de soi, ce qui pousse l'exploration de l'immanence à sa limite, qui paradoxalement est transcendance. L'acte de se recevoir globalement est identique à l'ouverture à tous les autres de tous les espaces et de tous les temps, et de ce point de vue, l'accomplissement de chacun est dépendant de celui de tous les autres et peut accomplir tous les autres.

Dans la vision de l'abandon corporel, la mort n'est pas un lieu de désespoir, même pour celui qui meurt sans espérance, car chacun meurt dans l'humanité qui est une. En

chacun se retrouve l'humanité entière et il suffit qu'une personne reçoive d'être globalement tout ce qu'elle est pour que tous soient accomplis. De ce point de vue, la responsabilité de tous repose sur chacun des individus et, inversement, celle de chacun repose sur tous les individus. Nous retrouvons ici l'interdépendance et la paradoxalement : il n'y a qu'une seule humanité – un seul rapport, un seul corps.

Se recevoir globalement comme mourant serait accomplir pleinement sa vie et la vie. Ce serait être pleinement soi dans l'ici et le maintenant de tous les espaces et de tous les temps. L'éternité. Cette mort, théoriquement possible à tous, n'est accessible qu'à un petit nombre. Ce nombre augmentera à mesure qu'avancera l'humanité. Mais cela importe peu. L'essentiel est de comprendre que chacun meurt dans les autres, porté par les autres de tous les espaces et de tous les temps. Dans cette optique, on peut dire que chacun est mort depuis longtemps et que tous, morts, vivent à jamais dans les autres. Dans l'être soi.

Il n'y a qu'une seule humanité et qu'un seul désir : chacun est tous les autres et, en se recevant, reçoit et accomplit en lui tous les autres. La mort et la vie ne sont pas des impasses en soi, et le désir humain n'a pas à s'expatrier pour s'accomplir. Cela ne préjuge en rien d'un Ailleurs ou d'un Tout-autre, cela dit seulement que l'être humain, le corps humain, en se rapatriant de toutes les institutions, religieuses ou autres, en se recevant, se découvre en soi un lieu de sens. Et cette découverte de soi est un chemin assuré pour rencontrer l'autre et peut-être le Tout-autre.

Chapitre 9

L'abandon corporel face au devenir de l'humanité

Les modes de rapports humains

L'abandon corporel est une position ontologique plaçant le risque d'être soi antérieurement à la connaissance et au sens. Une telle position est un mode de rapport qui fait place à la vie comme elle est organisée en chacun et donc à tous les modes du rapport humain. L'abandon corporel apparaît comme se situant en deçà et au-delà du processus civilisateur, qui est toujours porté par des modes du rapport émergeant de la coupure, du non-reçu et de l'irrecevable.

Les modes du rapport humain ayant cours depuis le début de l'humanité déterminent les modes de connaissance et le rapport à celle-ci. Le rapport et la connaissance sont emprisonnés dans le non-reçu et l'irrecevable de chacun, dans la coupure. Les grands acquis de l'humanité, dans sa quête de sens, prennent toujours leur origine dans le risque pris par certains de ses membres d'être davantage eux-mêmes. L'infinie diversité de ses acquis – religieux, philosophiques, politiques, artistiques et scientifiques – trouve, selon les degrés différents de la prise du risque d'être soi, son fondement et son explication.

Toutes les divisions qui affligent la famille humaine depuis toujours tirent leur origine des coupures intérieures en chacun de ses membres. Ces coupures définissent des visions du monde nécessairement fragmentées et relatives auxquelles est attribué un caractère d'absolu. De là à la violence, il n'y a qu'un pas. Toutes les appartenances institutionnalisées, pourtant essentielles au devenir humain, ont tendance à s'auréoler de caractères narcissiques et à se donner préséance.

Les positions qui relèvent de la coupure – et donc du processus d'homínisation – arrêtent le mouvement intérieur, gardant ainsi les humains dans des rapports de causalité, d'accusation et de culpabilité. Aucune d'elles n'assume en totalité les deux pôles de l'ambivalence radicale du devenir humain et de chacun des individus. Tous les progrès accomplis dans ces conditions engendrent d'autres souffrances.

Le processus du devenir humain est générateur de vie, mais aussi de psychose – du fait qu'il se déroule sous le signe du changement et de la guérison, et donc du narcissisme –, laissant de côté le pôle négatif de l'ambivalence. Non reçu, celui-ci continue d'engendrer divisions et dichotomies aussi bien à l'intérieur des individus qu'entre eux, et l'on peut dire que plus cela change plus cela est pareil.

Ce n'est pourtant pas tout à fait vrai. Il y a dans l'humanité un chemin qui se parcourt, des dimensions nouvelles du désir qui apparaissent, et parallèlement se font jour d'autres formes de souffrance et de violence. Il existe toujours l'espoir de trouver le bon changement qui pourrait résoudre tous les problèmes et apaiser toutes les souffrances. Il existe toujours l'attente de trouver au fond de chacun un désir à l'état pur qui ne soit pas une organisation, une structure du désir.

Mais s'il n'y avait pas d'autre humanité, s'il n'y avait pas d'autre désir que celui si complexe et si trouble au cœur de chacun ? Peut-être faudrait-il pressentir une autre façon de comprendre et d'agir qui favoriserait le devenir humain. C'est dans cette direction que l'abandon corporel offre une alternative.

Consentir à ne pas changer pour être

L'abandon corporel est avant tout la mise en place de conditions qui favorisent une expérience ouvrant à la globalité de l'être de chacun. Les personnes en présence peuvent alors découvrir que tout ce qui se passe en elles, éveillé de leurs profondeurs ou de leurs rapports avec les autres, leur appartient. C'est là le risque pris de se recevoir globalement.

Une telle position, sans cesse à reprendre, engendre en soi un processus sans limites d'espace, de temps et de contenu, ouvert à toutes les dimensions de l'être et à la vie telle qu'elle est organisée en chacun. Dès son point de départ, la position de recherche est centrée sur le chercheur, c'est-à-dire sur la personne elle-même et non sur la méthode. La réalité, la vie humaine se découvrira à elle dans la mesure où à chaque moment elle prendra le risque de tout son être. Cette recherche pose en préalable que le chercheur offre au processus sans fin de se recevoir globalement : toute réserve, toute coupure en lui-même sera un obstacle à connaître, peu importe la rigueur de ses méthodes.

Comme on l'a déjà souligné, cette expérience, cette recherche poursuivie depuis près de 25 ans a conduit à des découvertes étonnantes. S'ouvrir à tout soi-même, c'est d'emblée quitter le monde de la causalité, de la culpabilité et de l'accusation pour entrer dans celui de la paradoxalité et de la responsabilité. Tout ce qui m'arrive, tout ce qui se passe en moi est mon être, et toutes les références causales dépossèdent et réduisent ma vie. Chacun est infiniment plus que les événements de son histoire individuelle, qui n'est que le point d'arrivée de tout le processus du devenir humain. À ce niveau d'expérience, les dichotomies, les contraires et les contradictions sont transcendés, aussi bien que les limites d'espace et de temps.

À des moments privilégiés d'ouverture à soi-même et aux autres – dans des groupes de longue durée particulièrement –, il arrive qu'une personne prenne beaucoup de temps pour parler d'elle-même. Mais à ce niveau d'expression de soi et

ayant rejoint leur être intérieur comme si chacun avait lui-même parlé, les autres participants ont également le sentiment d'avoir occupé tout ce temps pour eux-mêmes, et il y aurait 1 000 personnes qu'il en serait ainsi. De même, une personne parlera de ce qu'elle vit de plus intime, de plus spécifique, parfois de plus honteux, et tous les autres en seront profondément rejoints. Ce qui est le plus unique, le plus spécifique en chacun est ce qui rejoint davantage tous les autres, et, paradoxalement, le plus différent est le plus semblable. Dans ces moments privilégiés, nous ne sommes plus dans des rapports de pouvoir et de consommation. L'ici et le maintenant où chacun se trouve génèrent la surabondance, la multiplication des pains, un au-delà de toutes les dichotomies.

Souvent dans ces situations, les participants font référence à des textes sacrés et, pour la première fois, ils les comprennent vraiment. Ce qui laisse à penser que ces textes pourraient avoir été formulés à partir d'expériences semblables. La vie humaine serait en elle-même porteuse du sens, sans besoin de recours extérieur, mais elle ne le livrerait à chacun qu'à condition qu'il prenne tous les risques de son être et donc de l'être. L'exigence de cette expérience laisse le champ libre aux institutions qui naissent de la coupure intérieure, du non-reçu et de l'irrecevable. Et dans ces lieux qui appartiennent au processus d'hominisation, le sens ne peut venir que d'ailleurs.

Mais si le sens venait d'en bas ? Si la transcendance était l'immanence ? Peut-être serait-il possible alors, en prenant au sérieux la matière et l'être humain qui en émerge, de trouver un niveau d'expérience qui en fasse apparaître les dimensions spirituelles. Dans ces conditions, la matière serait porteuse d'esprit et le corps s'accomplirait en incarnant ce qui l'habite et l'organise : le rapport.

On pourrait penser que la position de se recevoir globalement est ce vers quoi tendent l'humanité depuis toujours et chacun des humains en particulier. Ce serait ce vers quoi pousse le désir : un mode de rapport résolvant les limites de la matière et du corps en épousant toutes les dimensions de

la réalité humaine. Ce mode de rapport ne semble pas avoir été possible, si ce n'est depuis peu de temps, dans l'histoire de l'humanité: deux à trois milliers d'années tout au plus, avec Bouddha, le Christ, les grands prophètes et les mystiques.

Cela pourrait signifier que le long devenir de l'humanité aurait été guidé pendant des millions d'années par ce mode de rapport poussé à son terme, et que tout le processus d'hominisation, à partir de la matière et de l'animalité, en aurait été la préparation. L'être humain est engagé à plein temps à devenir. L'humanité n'est pas, elle est projet à accomplir, mouvement infini à la recherche de ce mode de rapport qui serait tout le corps et, de ce fait, l'humanité entière, l'être. Ce mode de rapport serait sans morcellement, il ferait toute sa place à soi et ainsi à tous les autres, soi étant les traces du devenir humain et donc les traces de tous les autres reconnues.

Dans cette perspective, chacun est le point d'arrivée de tout le processus d'hominisation, il en est la mémoire et l'organisation. Pour chacun, s'accomplir, entrer dans le processus de se recevoir globalement est en même temps accomplir l'humanité entière. Dans une telle compréhension de la réalité humaine, il n'y a pas de salut individuel possible. Chacun se recevant globalement accomplit tous les autres et tous en chacun trouvent leur sens, ce qui fait apparaître l'interdépendance constitutive de tous les humains. Se recevoir globalement, c'est s'ouvrir à tous les espaces et tous les temps de son devenir, de la non-définition des premiers humains jusqu'à l'expérience d'être.

Une telle ouverture rend possible l'apparition de ce qui est accessible et unique en chacun : ce pourrait être une image, un attrait, une peine, un souvenir, une tension, le vide. Consentir à soi dans toutes ses dimensions, c'est habiter comme étant soi ce qui émerge de ce risque d'être soi. Et être soi est la forme unique sous laquelle émerge en chacun la vie quand rien de ce que l'on est n'est interdit : une vie qui surgit d'une organisation intérieure, de tout soi-

même – rendue présente et accessible du fait de cette position de se recevoir sans réserve ; une vie que l'on ne fabrique pas, que l'on ne filtre pas; une vie comme elle est, reçue.

La filiation, c'est l'humanité entière en soi, les traces de cette humanité déposées en chacun à travers ses lignées d'appartenance, sous cette forme unique qui est soi. Par conséquent, le consentement à soi – le risque d'être cette vie comme elle est organisée en soi – fait toute sa place à la réalité du désir humain, qui est toujours organisation du désir, et il fait donc la place à toute l'humanité, qui est processus d'humanisation. Chacun apparaît comme étant le point d'arrivée de tout ce processus, et il a la possibilité de le conduire à son terme en entrant dans le mouvement de se recevoir globalement, ce qui est l'interdépendance.

Il n'y a qu'une seule humanité, qu'un seul rapport dans lequel tous les humains et tous les rapports sont contenus, et il n'y a qu'un seul corps qui est ce rapport. Dans ce mode de rapport, qui est le corps se recevant, s'incarnant, tous vivent et meurent. L'au-delà est l'ici et le maintenant, qui constituent l'ouverture à tous les espaces et à tous les temps que chacun est, et il ne peut y avoir d'après. Une telle interrogation relève de la coupure en soi et de l'éternité, perçue comme le temps continu. L'éternité est dans la vie : c'est le corps devenu, reçu, qui est l'esprit, et le sens n'est pas à trouver, il est à être.

L'interdépendance constitutive des humains ne peut vraiment apparaître que dans l'ouverture globale à soi, engageant alors un processus sans fin. Lentement, au gré de l'expérience, surgissent des compréhensions et des prises de conscience qui éclairent cette réalité. A ce niveau du devenir humain, c'est toujours l'expérience qui a priorité sur la connaissance. Pour les humains que nous sommes, toute connaissance risque toujours de s'institutionnaliser, devenant une aliénation. Toute vérité ne peut subsister que si elle est sans cesse soumise au risque d'être soi, et toute certitude doit sans cesse être abandonnée pour pouvoir continuer d'être.

Ainsi en est-il de tout ce qui touche la réflexion sur l'abandon corporel, qui est sans cesse soumise au risque d'être soi.

Cette compréhension de l'être humain comme étant par essence interdépendant donne son véritable sens et ses fondements à la paradoxalité. Alors seulement l'ici et le maintenant constituent tous les espaces et tous les temps; le différent est le lieu de l'égalité; donner sa vie c'est l'avoir et être c'est faire être. C'est de ce niveau d'expérience que les livres sacrés ont vu le jour, révélant le sens de la vie humaine. Ne pouvant vraiment s'exprimer que dans la paradoxalité, les grands mystiques ont puisé à la même source, ce qui laisse à penser que la mystique est l'expérience du risque pris de tout soi.

Peut-être que l'avenir de l'humanité appartient à la mystique, qui n'a en fait rien de surhumain ni de mystérieux. Et c'est peut-être alors seulement que pourraient vraiment se résoudre les problèmes les plus fondamentaux des humains : être serait faire être. Mais c'est là une conquête difficile, jamais acquise, qui ne se produira peut-être jamais sur une grande échelle. L'humanité ne peut qu'y tendre, c'est là le désir humain qui ne peut que s'accomplir, sous une forme ou sous une autre – avec ou sans le consentement de chacun d'en recevoir la structure unique en lui, Presque toujours, le désir prendra des chemins détournés, ceux qui émergent de la coupure et où la souffrance sous toutes ses formes trouve sa source intarissable. Le risque pris de consentir à la vie comme elle est organisée en soi n'est pas un chemin facile, mais c'est le seul qui puisse vraiment donner à la vie tout son sens.

Comprendre autrement l'être humain

Une telle expérience, surgissant peu à peu du risque de se recevoir globalement, fait apparaître l'être humain sous un autre jour : un être devenu et à devenir ; le point d'arrivée d'un long processus depuis la matière d'origine et le point de départ d'un processus sans fin de se recevoir ; une interminable aventure dans l'espace et dans le temps et la possi-

bilité du risque de tout soi-même d'habiter, dans l'ici et le maintenant, tous les espaces et tous les temps de l'être.

La position prise de se recevoir globalement met en place une expérience qui peu à peu éclaire la réalité humaine. Cette position est un mode de rapport faisant place à tous les modes du rapport humain et donc à toute la réalité humaine, de son origine à son terme. L'aventure humaine apparaît comme une longue quête de la matière pour explorer les possibilités de ce mode de rapport que l'on qualifie d'humain et qui permettrait à chacun de transcender ses limites et ses dichotomies. Le rapport humain, jusque dans son accomplissement, est une virtualité de la matière. La matière porte en elle la capacité de se transcender, de devenir esprit. Elle est esprit à devenir, processus ouvert sur l'infini du sens.

Tout ce qui n'est pas le risque pris de se recevoir globalement fait partie du processus d'hominisation et engendre une vision tronquée de l'humanité. C'est de là que viennent tous les humains : de la coupure et de la non-définition. De l'animalité jusqu'à l'humanité d'aujourd'hui, il y a une seule et même recherche de la matière d'un mode de rapport qui pourrait accomplir le corps. Toute l'histoire humaine pourrait se résumer ainsi : partir d'un corps animal, pas encore humanisé, sans lieu pour se recevoir et pour rencontrer les autres, et, lentement, parvenir à un corps humanisé, organisé par le processus d'hominisation, déterminé.

L'être humain est la matière devenue apte à participer à son devenir en s'institutionnalisant. C'est à partir de la nécessaire dépossession des institutions que l'être humain a pu naître et devenir, et il ne peut s'accomplir qu'en recevant comme lui-même ce qu'il est ainsi devenu. Tout projet de changement et de guérison relève de l'institution et donc d'une vision partielle et morcelée de l'être. Il laisse à supposer que l'humanité a des problèmes qu'il est possible de résoudre et qu'elle peut guérir de maladies qui ne sont que passagères. Il est certain qu'il faut tout mettre en œuvre pour soulager l'humanité de son sort, mais force est de constater que,

malgré tous les efforts mis en oeuvre pour les guérir, les humains ne sont pas moins souffrants qu'ils l'étaient et que les changements dans la condition humaine ne sont pas évidents.

C'est peut-être que l'humanité n'est pas à guérir ni à changer, mais à être. Elle n'est pas malade et elle n'a pas de problèmes, elle est problématique et porteuse d'une ambivalence d'origine puisque née de l'absence d'elle-même et venue, à partir de la coupure, à des rapports sadomasochistes de causalité, de culpabilité et d'accusation. L'humanité est parvenue en chacun par ce chemin, et il n'y a pas d'autre humanité que celle-ci, dont le devenir s'est inscrit dans la dépossession et l'ambivalence. Chacun des humains est les traces de ce processus – la présence en lui de l'humanité entière – sous cette forme particulière qu'il est. Il n'y a pas d'humanité à l'état de perfection, qui émergerait d'un quelconque paradis, ni de désir parfait, qui pourrait surgir en soi à force de purification.

L'être humain est une réalité devenue dans et de l'ambivalence constitutive qui est sienne. Toute volonté de changement le garde dans le narcissisme, dans sa tentation d'échapper au pôle négatif de l'ambivalence; tout espoir de guérison le place dans la perspective de se nier dans ce qui le rattache le plus radicalement à l'humanité. En chacun, l'humanité entière est à recevoir globalement comme elle est parvenue en lui. Ce faisant, il n'est plus besoin de recourir à une quelconque intervention extérieure, à une origine parfaite toujours liée à l'espoir d'échapper à soi-même, de changer et de retrouver la perfection originelle. Mais il y a à consentir au déterminisme, à l'ambivalence, et à plonger ainsi dans l'interdépendance.

Comprendre ainsi la réalité humaine peut paraître désespérant, mais si c'était là la réalité ? Chacun des humains n'est que le point d'arrivée d'un long processus qui le constitue comme son être à recevoir. Les générations futures n'échapperont pas à ce même devenir qui leur sera donné en héritage. Il est illusoire de penser que l'on puisse transmettre

une autre vie que celle-là. Toutes les visions développées par les sages de l'Orient et les religions de l'Occident pour dire qui est l'être humain émergent de cette humanité. Elles s'efforcent de dire autrement qui est cette humanité, mais leur diversité crée déjà problème.

Comme elles sont des institutions et liées au processus d'hominisation, ces visions engendrent la division. En voulant parler de la réalité globale de l'être humain marqué du sceau de la coupure et de l'ambivalence, sans tenir compte de son caractère anthropologique en constant devenir, elles en arrivent toutes à des compréhensions plus ou moins contradictoires de la réalité humaine, qui est à recevoir, à apprendre, à devenir. Toutes les définitions de l'humanité auxquelles les humains adhèrent *a priori* – que ces définitions viennent de l'Orient ou de l'Occident – parlent de la négation, de la coupure et de l'ambivalence d'origine et, en même temps, elles les révèlent.

Au-delà de toute vision institutionnalisée de qui il est, l'être humain devra un jour s'affronter directement, dans la position de se recevoir globalement, et découvrir ainsi que sa fraternité universelle, de même que tout le sens qu'il est, émerge du risque d'être qui il est. Tout le reste est lieu d'apprentissage et d'apprivoisement, et également de divisions, de guerres et de souffrances. Mais c'est ainsi que se développe la vie humaine.

Le déterminisme et l'ambivalence d'origine de l'humanité s'imposent à chacun comme son être, devenu. Il ne s'agit pas là d'un déterminisme matérialiste qui réduirait la vie à être sans horizon, sans profondeur et sans sens. Il ne s'agit pas non plus d'un déterminisme lié à la causalité des traumatismes de l'enfance et de ce qui a été refoulé. Plus profondément, le déterminisme dont il est question est constitutif de chacun, chaque humain étant sous une forme unique tout le processus d'hominisation, son organisation.

Ainsi en chacun l'humanité entière est présente et non seulement le rapport aux parents. Au cœur de chacun passe l'ambivalence : tous les acquis de l'humanité, mais aussi le

non-reçu et l'irrecevable, dans un dosage unique à chacun. Il n'y a pas d'autre humanité que celle-là, même si chacun tente, tant bien que mal, de s'en fabriquer une à sa mesure. Ce qui est désespérant, c'est le rêve toujours déçu que ce soit autrement. La réalité humaine globalement reçue ouvre la porte à toutes les profondeurs et à tous les espoirs. L'ambivalence et le déterminisme reçus débouchent sur l'interdépendance qui est liberté et paradoxalité.

L'être humain ne peut être comme il veut, il est le produit et la présence d'un long devenir. Il ne peut être sans faire être tout ce qui le constitue, c'est-à-dire les autres, tous les autres. Il n'y a pas d'autre lieu pour aller au terme de soi-même que de se recevoir globalement, avec les deux pôles de l'ambivalence et du déterminisme de sa vie, faisant ainsi place à l'humanité entière en soi. Le processus d'humanisation, occupé à humaniser la matière et le corps à travers les institutions, doit graduellement passer le flambeau aux individus, seuls capables de recevoir et d'assumer la totalité de leur être et de l'humanité. Il n'y a pas de salut individuel mais, en chaque individu, l'humanité entière, l'être, peut s'accomplir : c'est l'interdépendance qui révèle et fonde la paradoxalité.

Une telle vision de la réalité humaine pourrait s'imposer peu à peu. On pourrait alors prendre en compte le fait que les humains, devenus ce qu'ils sont à partir de la coupure, devraient prendre la position de se recevoir globalement, comme constituant le lieu par excellence de leur accomplissement. Les conditions seraient en place pour que les deux pôles de l'ambivalence en chacun puissent exister. Du même coup, ce serait faire toute sa place au non-reçu et à l'irrecevable en chacun. La psychose et toutes les douleurs de vivre des humains n'apparaîtraient plus comme des accidents ou des maladies, mais comme leur être à recevoir.

Dans la perspective de l'abandon corporel, la psychose se définit par toute perturbation dans les rapports humains et la perception du réel et donc, de la connaissance. Elle est universelle, prenant naissance dans la coupure, le non-reçu

et l'irrecevable de soi. À la limite, chez certains, il n'y a plus que l'irrecevable tellement l'organisation de rapports et du rapport en eux est douloureuse. L'humanité se doit à tout prix, avec le temps, de faire en sorte que s'atténue cette source de tous les désespoirs en plaçant l'accent de son action non plus sur le changement mais dans la position de se recevoir globalement, permettant ainsi de sortir progressivement des rapports de boucs émissaires qui caractérisent le processus d'hominsation. Il appartient à chacun de rapatrier son corps dispersé dans la culture et les institutions, dans la maladie et la violence, dans le pouvoir et la consommation, en prenant le risque de tout lui-même.

Ce serait là un changement radical de perspective : passer du vain espoir de changer et de guérir au risque d'être globalement soi. Cette position engage un processus sans fin, le mouvement intérieur, qui donne accès à des dimensions toujours nouvelles à habiter, à être et à faire apparaître : l'interdépendance constitutive des humains et la paradoxalité. La vision de l'être à changer et à guérir est tronquée et vouée au désespoir. Elle véhicule l'illusion d'un pouvoir sur soi et sur les autres que l'on n'a pas. Il y aura à faire toute sa place à l'être humain comme un être à recevoir, un être à habiter et à devenir infiniment, libérant ainsi de plus en plus profondément le sens radicalement spirituel d'être, en chacun, l'humanité entière.

Une telle compréhension aurait des conséquences profondes sur la vie humaine et sur toutes les activités qui la favorisent. Que l'on pense aux rapports entre conjoints, entre parents et enfants, ainsi qu'à ceux du monde de l'éducation et de la psychothérapie. Ce serait un changement de perspective posant *a priori* que l'être humain est à recevoir, à apprendre et à être. Tous ces lieux du devenir humain auraient comme projet de créer les conditions favorables à ce que la vie comme elle est organisée en chacun puisse être.

Toutes ces conditions se retrouvent dans la position ontologique de recevoir comme étant soi tout ce qui émerge de soi, et comme n'étant que soi créant un mode de rapport

qui fait place à la vie comme elle est organisée en chacun. Cette position de recherche est centrée sur le chercheur – en l'occurrence, le conjoint, le parent, l'éducateur, le psychothérapeute – qui découvrirait que l'autre est toujours le différent à apprendre, à connaître, à être et à rencontrer. Cet au-delà des techniques, des théories et des diagnostics toujours réducteurs ferait place aux personnes en présence.

Aborder ainsi la réalité conduirait peut-être un plus grand nombre d'humains à donner toute son importance au devenir de chacun. Il serait même possible d'entrevoir qu'un moment serait consacré chaque jour au seul risque de devenir soi. Ce que les humains découvrirait de richesses et de possibilités en eux-mêmes est inexprimable, et ce que l'humanité gagnerait en capacité de résoudre tous ses dilemmes ne peut s'imaginer. C'est dans l'être de chacun que résident les réponses aux questions que pose l'humanité.

Il n'y a là rien de magique ni de facile, mais un chemin réel. On ferait la découverte que le sens profond de l'être humain vient du dedans, à condition de prendre sans cesse le risque renouvelé d'être globalement soi. Une telle position créerait en chacun une ouverture profonde à tous les sens venant d'ailleurs, des autres, sans qu'il soit besoin de s'attacher à aucun comme étant la vérité. On dépasserait alors tous les fanatismes et on s'ouvrirait à la fraternité entre tous les humains, toujours à refaire mais habitée et réelle, à l'interdépendance constitutive des êtres.

Le désir humain a toute cette amplitude et toutes ces dimensions. Il s'identifie au rapport qui est le corps, organisation de tout le devenir des rapports humains, en même temps que traces douloureuses de ces modes de rapport inachevés. Le désir ne peut aller à son terme, s'accomplir que dans cette organisation, reçue. Il n'y a pas de désir pur, ni purifié, et ce n'est que lorsqu'on le reçoit comme il est organisé qu'il laisse apparaître la profondeur de sa recherche et de son accomplissement : le soi devenu et sans cesse devenant, qui révèle le caractère interdépendant de l'être et sa paradoxalité. C'est ce désir, la vie comme elle est organisée

en chacun, mais reconnue et reçue, qui fait apparaître la matière, le corps en voie de devenir esprit.

L'humanité n'a pas péché, elle n'est pas déçue d'un état de perfection, elle n'a pas non plus fait fausse route à partir d'une erreur de départ. Elle est devenue ce qu'elle est et elle n'aurait pu faire autre chose qu'en faisant la même chose d'une autre manière, Elle s'est lentement constituée au mieux d'elle-même et remarquablement, comme accomplissement de la matière. Dans la mesure où elle trouve chez des individus à aller au bout d'elle-même, elle prend des dimensions infinies.

Un regard sur l'humanité en devenir

Actuellement, le devenir de l'humanité subit de profonds bouleversements. À l'heure de la globalisation de la planète, les ancrages traditionnels sont ébranlés. L'information, de plus en plus accessible, tend à relativiser les enseignements et les dogmatismes. Les institutions, religieuses ou autres, depuis toujours si contraignantes, perdent en partie leur pouvoir d'intégration, laissant à porter de plus en plus aux individus le lourd fardeau des appartenances et de la recherche du sens. Jamais l'individualité n'a eu pareille primauté. Les individus étant moins au service de l'espèce, la vie de chacun pourrait prendre toute son importance et tout son sens. Mais le devenir humain ne se fait jamais simplement.

Chacun est davantage confronté aux recherches de sens qui se font à travers l'humanité, sans avoir vraiment fait le cheminement intérieur qui permettrait de discerner et de choisir ce qui conviendrait. Ne trouvant plus, dans ses traditions d'origine, de sens à sa vie, on se convertit à n'importe quoi, on s'invente des institutions à sa mesure qui sont pour la plupart éphémères. Que l'on songe aux sectes innombrables qui ont pris naissance dans le monde au cours des dernières années. Le désarroi intérieur, l'exacerbation de la violence, la fascination de la mort n'ont peut-être jamais été aussi visibles.

À travers ce brassage d'idées, la recherche intérieure est exacerbée. Elle emprunte mille formes, même les plus étrangères, pour se dire. De ces nouvelles aliénations et de ces lieux de quête renouvelés, de nouvelles possibilités d'être surgissent, mais les dichotomies profondes dans et entre les humains demeurent. Les individus ne sont pas prêts à prendre la relève des grandes institutions. Pourtant, ils n'ont pas le choix d'affronter le sens de leur vie à partir des coupures qu'ils portent en eux.

L'abandon corporel n'est pas un chemin facile, mais ce pourrait être une alternative à la multiplicité des voies, sans cesse inventées à partir de la coupure et donc du non-reçu et de l'irrecevable de soi. Il n'offre rien de spectaculaire si ce n'est, pour chacun, les conditions qui favorisent la prise du risque de tout lui-même, celui de chercher à être pour s'ouvrir au connaître. Cette connaissance émergerait du risque sans cesse repris et serait en conséquence soumise au processus jamais terminé de se réapproprier son être, dans la conscience que tout ce que l'on est n'est que soi.

À ces conditions, les individus deviendraient en eux-mêmes critères de vérité, se soumettant sans cesse au risque de n'être que subjectivité. Les humains sont ainsi faits qu'ils institutionnalisent leur moindre découverte et que toute théorie, toute hypothèse peut facilement être prise pour une vérité universelle. Dans ce risque pris d'être tout leur être, les individus pourraient s'ouvrir graduellement à toutes les approches venant des autres sans s'y aliéner, découvrant ainsi toute la richesse humaine, l'unicité du désir et la variété de la recherche en vue de son accomplissement. Ce serait en même temps découvrir qu'il est impossible d'être vraiment soi sans fonder son être sur tous les humains de tous les temps. Il n'y a rien à renier de soi : en étant toutes ses appartenances – ce qui est prendre le risque de tout son être –, chacun s'ouvre à tous les autres, dans leur individualité et leur unicité, et de ce fait, à l'humanité entière.

Cette position entraînerait de multiples conséquences, dont celle de découvrir que l'essentiel de l'existence n'est pas

le pouvoir et la consommation, encore moins la possession de la vérité, mais bien l'être, et qu'il est impossible d'être sans faire être. Les autres deviendraient le lieu de son propre être et de son devenir. La politique pourrait s'en inspirer. L'essentiel étant d'être, le partage des richesses irait de soi.

L'humanité ne prendra pas d'emblée ce chemin le plus difficile et le plus exigeant. C'est pourtant cette direction qu'il faudra prendre si l'on reconnaît que l'être humain est ainsi constitué. C'est celle peut-être qui porte le plus d'espoir, n'étant rien d'autre que la promesse et la possibilité de tout mettre en œuvre pour être et devenir soi.

TROISIÈME PARTIE

*La pratique de la psychothérapie
d'abandon corporel :
au niveau de l'être et du devenir*

Chapitre 10

À la recherche d'une définition

Considérations générales

La psychothérapie d'abandon corporel est née d'une recherche et d'une réflexion sur le toucher et s'en est nourrie. Avec le temps, recherche et réflexion se sont alimentées à la psychothérapie, qui s'est révélée être une position de recherche. Cette position engage une démarche sans limites. Cela ne veut pas dire que cette forme de psychothérapie doit durer indéfiniment, mais bien que la position prise situe l'expérience au niveau de l'être : c'est une position ontologique.

Le mode de rapport qu'enclenche le psychothérapeute – pour que tout ce qui émerge en lui, venant de lui ou des personnes avec lesquelles il est en rapport, soit son être à lui – crée les conditions pour que l'être de l'autre soit reçu dans sa globalité, comme organisé en lui. Il s'agit d'une position qui n'a d'autres limites que les blocages du psychothérapeute et la décision des clients d'arrêter le processus. C'est une position au-delà de toutes les dichotomies, même celle d'espace et de temps, une ouverture à la paradoxalité.

Cette position prise au point de départ a fait apparaître graduellement la compréhension de l'être qui a été développée tout au long de cet ouvrage. La vie humaine – le désir humain – ne peut s'accomplir qu'en étant reçue comme organisée en chacun. L'autre est toujours à être pour qu'on puisse l'apprendre, de même qu'il faut toujours prendre le risque d'être globalement soi pour pouvoir connaître l'autre. La vie est à être et non à changer ou à guérir. Elle ne peut être qu'étant reçue : libérée de toute interdiction, de tout jugement de valeur, de toute demande d'être autrement.

L'abandon corporel comme psychothérapie initie un processus intérieur interminable, du fait qu'il se situe au-delà des interdits de tous ordres, présents à l'intérieur comme à l'extérieur de soi. Tout jugement, toute volonté de changement, toute définition *a priori* de l'autre arrête le mouvement. L'abandon corporel comme psychothérapie n'est pas une technique, ni une théorie, ni en soi un corps de connaissances articulées. Il est possible de dire que c'est la mise en place des conditions favorables à ce que la vie puisse être et devenir comme elle est organisée et, en conséquence, se faire connaître dans ses origines et son développement. C'est un lieu pour être, pour devenir, chercher et apprendre sans cesse. La psychothérapie d'abandon corporel peut aussi bien être de courte que de longue durée, étant située au-delà de l'espace et du temps, au niveau de l'être, dans l'ici et le maintenant de tous les espaces et de tous les temps. Elle peut durer trois entrevues ou toute la vie, la vie étant toujours à découvrir et à approfondir.

À partir de la position prise et de la compréhension de l'être humain qui en a surgi, on peut dire que tout se résout dans le rapport. L'humanité a commencé comme nouveau mode de rapport à inventer, à devenir, et toute son histoire pourrait se résumer comme le devenir douloureux de ce mode de rapport. Toutes les souffrances humaines s'enracinent dans le fait que ce mode de rapport a commencé et s'est développé dans l'absence et la coupure. L'être humain est devenu, sous le signe de la dépossession et de la non-

définition, ce corps humanisé, organisation de rapports et du rapport. À un certain moment de la recherche, il est apparu comme une évidence que le corps c'est le rapport, devenu, e~ que c'est donc dans le rapport que le corps peut s'accomplir : dans un mode de rapport qui permette à cette organisation de rapports qu'il est d'être comme cela est organisé en lui et en chacun.

L'abandon corporel comme recherche laisse toute sa place à chacun et fait aussi apparaître son unicité. Il est toujours dangereux de définir à l'avance la réalité de l'autre et de le ramener à de grandes catégories. Personne n'est une catégorie et ne s'y confond. Les psychothérapeutes en abandon corporel sont initiés à la réalité du diagnostic, mais c'est dans leur position de recherche en situation thérapeutique qu'ils placent toute leur énergie. Cela leur permet de faire en eux-mêmes toute leur place à l'autre ou aux autres, pour ainsi les découvrir dans ce que chacun a d'unique et finalement en arriver à formuler ce qui reconnaît vraiment la vie de l'autre.

L'abandon corporel comme psychothérapie vient d'abord d'un groupe de recherche sur le toucher. Ces chercheurs ont découvert un mode de toucher, qui est en fait un mode de rapport, faisant place à la vie comme elle est organisée en chacun. Ils ont ainsi ouvert la porte à l'involontaire, au mouvement intérieur et à la vie comme processus infini. Ce groupe a été le témoin de toute cette expérience, autant que sa source principale de réflexion. Mais l'aventure de plus en plus profonde que constitue cette forme de psychothérapie a été rendue possible grâce aux personnes – psychothérapeutes ou autres – qui y ont trouvé un véhicule pour être et pour découvrir la profondeur de leur vie. La continuité de leur engagement s'est avérée indispensable et précieuse. La réalité humaine dans ce qu'elle a d'unique à chacun ne se livre que lentement, à moins de vouloir en élaborer une théorie, et il est impossible, dans des liens de courte durée, d'en saisir vraiment la profondeur et la richesse, ou alors c'est se condamner à ne jamais vraiment rien comprendre de l'être humain et du désir.

Mais il importe aussi de souligner que la source première de tout ce qui nous est arrivé et que nous avons compris est la position que nous avons prise pour engager cette expérience : le risque d'être globalement soi et qui est un mode de rapport faisant place à la globalité du corps. Retourner sans cesse dans ce lieu de démarche et de recherche, prendre et reprendre encore et toujours cette position ontologique et paradoxale ont fait en chacun leur œuvre. Peu à peu, l'humanité est apparue sous un autre jour, comme un long processus dans lequel chacun est le point d'arrivée et peut, en prenant sans cesse le risque d'être globalement soi, en devenir le centre. De même, une compréhension de plus en plus affinée des conditions favorisant cette expérience s'est développée : prendre ce risque d'être globalement soi apprend à mieux créer les conditions favorables qui permettent de poursuivre le processus engagé de façon plus respectueuse de la vie. L'abandon corporel sera toujours une position pour être et devenir, et de là, pour découvrir et comprendre.

La psychothérapie comme recherche

La psychothérapie d'abandon corporel, nous l'avons dit et redit, n'est ni une théorie ni une technique. Elle est la mise en place de conditions rigoureuses pour engager une expérience d'être, en elle-même sans limites, et c'est là l'essentiel de ce qui la constitue. Elle est toute contenue dans la position qu'elle prend et elle ne peut continuer d'être ce qu'elle est qu'en prenant à chaque moment cette position: une position de recherche centrée sur le psychothérapeute – une approche de la psychothérapie comme recherche – dont le fardeau repose entièrement sur le psychothérapeute. Il incombe à ce dernier de créer sans cesse les conditions qui font en sorte que la situation psychothérapeutique se situe toujours à ce niveau, ce qui n'est pas une tâche facile. S'il y a la moindre réserve, la moindre coupure chez le psychothérapeute par rapport à lui-même, ce n'est déjà plus cette position.

Il est demandé au psychothérapeute en abandon corporel de ne se protéger de rien de ce qui se passe en lui et de le recevoir comme lui appartenant. Cette position, par rapport à lui-même, crée en lui un espace pour que le ou les clients puissent eux aussi être comme ils sont, sans jugement de sa part, sans demande de changement et sans interdiction. À ces conditions, le psychothérapeute devient celui qui permet à l'autre d'être comme il est dans les circonstances et, du même coup, se découvre apte à l'apprendre, à le connaître et à le nommer. Cette position de recherche, jamais acquise, toujours à devenir chez le psychothérapeute, situe le processus psychothérapeutique sur le plan ontologique.

Tout chez les clients est leur être, à recevoir progressivement et non à changer ou à guérir. La demande de changement peut venir certes des clients qui voudraient être autrement qu'ils sont, mais elle est aussi entérinée par le psychothérapeute dès que celui-ci ne reçoit pas, comme son propre être, tout ce qui est éveillé en lui, venant de lui-même ou à l'occasion de ses clients. Tout du client est pour le psychothérapeute occasion d'être, dans la mesure où celui-ci se situe à ce niveau d'accueil de lui-même. C'est le passage à l'interdépendance et à la paradoxalité, à l'au-delà de toutes les dichotomies. Le consentement à être du psychothérapeute situe son client au niveau de l'être et de la responsabilité. Être fait être, et faire être fait que l'on est.

La psychothérapie d'abandon corporel comme recherche est une position fragile, toujours à reprendre, et le retour à la causalité, à la culpabilité et à l'accusation demeure toujours une solution facile. Tout ce qui n'est pas cette position ontologique et à ce niveau de recherche limite l'accès à l'autre et à la possibilité de le recevoir et de le connaître. Depuis son origine, l'humanité vit dans des modes de rapports qu'on peut qualifier de sadomasochistes. Dans cet univers, chacun sert d'alibi à l'autre pour ne pas être, de façons infiniment variables. Tous les projets de changement et de guérison ont leur source dans ces modes de rapports qui protègent chacun d'assumer les deux pôles de l'ambiva-

lence d'origine. Et il en va de même autant des théories qui tentent de définir ce qu'est la réalité humaine que de la recherche scientifique qui s'en inspire, ce qui met en évidence tout ce qu'il y a de relatif dans ces lieux de certitude. Mais c'est pourtant par ces chemins qu'a pu devenir l'humanité.

Les humains se sont donné des explications pour fonctionner ensemble ; ils se sont raconté des histoires pour essayer de se comprendre. Tous ces discours, religieux, philosophiques, psychologiques ou autres, sont nécessaires, mais ils ne donnent qu'une vision partielle de la réalité, même s'ils prennent souvent le caractère d'explication globale. C'est à partir de tels discours que l'on définit *a priori* les autres, les gardant dans un monde rassurant et en partie indifférencié. Connaître vraiment les autres passe par le risque d'être globalement soi, reléguant à la subjectivité toute explication *a priori* des autres et créant ainsi toutes les conditions qui permettent de les apprendre et de les connaître.

La psychothérapie comme invitation à être

Une autre manière de faire comprendre ce qu'est la psychothérapie d'abandon corporel est de dire qu'elle n'est en aucune manière un remède : tout est mis en place pour que la vie de chacun soit comme elle est organisée en lui. Elle n'offre rien d'autre aux personnes qui y ont recours que leur vie. L'accent est mis sur le risque d'être et la responsabilité. Le client est placé dans la perspective d'être un individu problématique et non quelqu'un qui a des problèmes. Il est sollicité à être et non à changer.

Au cours de longues années de pratique dans cette approche qui est une position de recherche, l'être humain s'est lentement manifesté comme étant une organisation corporelle, la mémoire de tout le processus d'hominisation structurant en chacun, de façon unique, son expérience individuelle. Le projet de le changer ne peut être que superficiel et les résultats peu convaincants. Toute explication causale

de ce qui arrive en chacun est réductrice et garde les rapports humains dans la culpabilité et l'accusation. Chacun est un lieu de lecture de ce qui lui arrive depuis sa conception, si bien qu'aucun événement n'inscrit les mêmes traces et n'a le même sens en chacun.

C'est à travers la position que prend le psychothérapeute et le mode de rapport qu'il établit avec ses clients que se communique cette invitation à être que constitue la psychothérapie d'abandon corporel. À l'occasion, ce sont les clients qui trouveront les mots pour traduire leur expérience de ce risque d'être qui ils sont. Parfois, chez certains, seront éveillés des mouvements de panique devant le vide à combler créé par l'invitation à être que favorise ce mode de rapport. Le client pourrait croire à un laisser-faire, mais il ne faut pas s'y méprendre, il s'agit d'un laisser-être permettant à chacun de s'expérimenter et de se découvrir comme cela est organisé en lui.

À travers le mode de rapport qu'il établit avec ses clients en s'ouvrant à sa propre expérience comme étant globalement la sienne, le psychothérapeute prend une position qui a la rigueur et l'exigence de la recherche. Tout est mis en place pour que rien de ce qui est présent dans la situation psychothérapeutique ne soit exclu et que tout soit inclus, pour que rien ne protège de leur être – d'une manière ou d'une autre – les personnes en présence. Il s'agit d'un mode de rapport qui fait place à tous les modes du rapport humain, à la vie comme elle est organisée en chacun et interprétée par aucune théorie ou suscitée par aucune technique.

Une telle position ontologique engage, chez le ou les clients, un processus ouvrant à tous les modes d'expression de la vie de chacun qui, sous une forme particulière, est l'humanité entière à recevoir et à être. Il appartient au psychothérapeute de toujours situer l'expérience au niveau de l'être, de l'ici et du maintenant, intégrant tous les espaces et tous les temps. À ce niveau de l'expérience où tout peut être, se fait le passage de la culpabilité et de l'accusation à la responsabilité.

La psychothérapie comme interdépendance

Tout de l'être humain parle du rapport. On pourrait même dire qu'il n'y a que le rapport. L'humanité a commencé en devenant minimalisant capable d'un nouveau mode de rapport. Toute son histoire a consisté à développer ce mode de rapport en en prenant graduellement la forme. Le corps est devenu une organisation de rapports et du rapport, et l'humanité pourrait s'accomplir dans un mode de rapport qui est le corps. Dans la perspective d'une humanité émergeant de la matière et de l'animalité, le corps n'a pu devenir que marqué des traces malhabiles de cette humanité en mal de devenir. Il ne peut donc y avoir d'accomplissement de ce corps humain, organisation du douloureux processus d'hominisation, que globalement reçu tel qu'il est. Il y a là toute l'humanité. En chacun, cette humanité, reçue, devient le lieu de son accomplissement et pas seulement de ses difficultés. Elle est alors en chacun le passage à l'être, le rapport accompli. Le rapport qui est le corps.

Interdépendants dans leur être de manière intrinsèque, les humains le sont aussi dans leur quête d'accomplissement. Chacun est une organisation unique de rapports et du rapport aux autres qui est le meilleur compromis pour aller chercher tout ce qu'il faut pour être et pour vivre. Mais, voilà, chacun est refermé dans sa subjectivité et dans sa vulnérabilité, d'autant plus qu'il est plus proche de la psychose. Accéder à soi, seul et même avec un autre, permet un certain chemin pour chacun. Cependant, des dimensions de l'être et de l'organisation échapperont nécessairement à la seule expérience, même à celle entreprise avec une autre personne.

L'abandon corporel place la psychothérapie sous le signe du rapport et des autres comme constitutifs de l'être soi. Il est impossible d'être sans faire être et, à certains niveaux de soi, il est impossible d'accéder à qui l'on est sans consentir à ce que les autres le révèlent. C'est un lieu d'extrêmes subtilité et fragilité. Dans la mesure où chacun est ramené à sa propre subjectivité, il est recevable que chacun soit pour les autres,

et les autres pour chacun, une part vitale du processus de devenir soi.

La psychothérapie d'abandon corporel pourrait se décrire essentiellement centrée sur le rapport. Celui-ci porte toutes les vicissitudes de la réalité humaine, il en est à la fois l'origine et l'accomplissement. Tout est mis en place – sur les plans verbal et non verbal, en rencontre individuelle et en travail de groupe – pour que l'organisation de rapport unique que chacun est puisse apparaître et se dire. En abandon corporel, la psychothérapie individuelle a toute sa place, mais elle est toujours, même alors, ouverte à l'interdépendance constitutive des êtres et, quand c'est possible, elle trouve une complémentarité pour ainsi dire essentielle dans les rencontres de groupe. Lorsque le risque de la présence, du regard et de la parole des autres est consenti et largement apprivoisé, un long cheminement s'accomplit en chacun.

La psychothérapie comme ouverture au sens

La psychothérapie d'abandon corporel ne s'associe à aucune vision *a priori* du sens de la vie, qu'elle soit religieuse, ésotérique ou psychologique. Elle ne fait partie d'aucune école de pensée. Elle est en position de recherche. À l'occasion, elle trouve des parentés qu'elle reconnaît, mais ces parentés sont ponctuelles. Elles viennent du fait que la vie est une et que, lorsqu'on l'approche assez profondément, inévitablement se découvrent des points de ressemblance entre les modes d'exploration de la réalité.

Créer ce mode de rapport engendre dès l'abord un processus sans fin d'apprivoisement de tous les aspects interdits et douloureux de son être. L'ouverture intérieure graduelle offre de plus en plus de place à soi, aux autres et à la vie. Chacun s'y découvre être un produit des institutions, adhérant à des croyances et à des convictions, cherchant à échapper aux traces douloureuses du processus d'humanisation. Le processus de devenir soi, en recevant comme son être ce déterminisme et en épousant comme soi ces émer-

gences, est une éternelle confrontation de toutes les dépendances et de toutes les institutions. Cette position ontologique pose le risque d'être antérieurement à la connaissance, alors que l'institution pose la connaissance avant l'être. Il ne peut en être autrement. L'institution en soi ou à l'extérieur de soi a un rôle d'appivoisement et d'apprentissage de l'être. Mais l'adhésion et la conformité ont préséance sur l'être même à l'intérieur de soi. Se libérer des institutions et de leur emprise ne peut être qu'un processus intérieur qui ne rejette rien de la réalité et qui réordonne tout ce qu'elle inclut.

Dans le processus de devenir soi, l'être humain découvre que ses croyances, ses adhésions théologiques, philosophiques, scientifiques, psychologiques et autres sont douteuses. Elles cachent et le non-reçu et l'irrecevable en soi et elles en protègent. Elles émergent de la coupure et gardent à distance du négatif de l'ambivalence en soi. Toutes les certitudes sont à soumettre au risque de tout soi-même et de sa subjectivité, toute vérité n'étant que sa vérité, libérée de son caractère absolu apposé par les interdits intérieurs. Dans la perspective de l'abandon corporel, le rapport à la vérité et au sens ne peut être que la conséquence du risque d'être. Il est toujours à reprendre, pour que toute vérité et tout sens en émergent sans cesse.

Alors l'être humain se découvre porteur de sens en lui-même sans besoin de recourir à un ailleurs, ni du reste de le nier. La position ontologique prise par l'abandon corporel, l'interdépendance constitutive ainsi que la paradoxalité qu'elle met au jour font apparaître la spiritualité de la matière et du corps. La vie reçue comme telle, dans toutes ses dimensions, ouvre sur la paradoxalité et résout les limites de la matière, réconcilie les dichotomies et les contradictions, transcende la vie et la mort. C'est cette vie-ci qu'il y a à approfondir et à être. Peut-être serait-il alors possible d'y découvrir les secrets et le sens, pour la vie, de la mort. Ce qui est certain, c'est que cette ouverture globale à soi permet, en engageant un processus sans limites, d'aller puiser en soi le

sens que l'on risque autrement d'aller chercher dans toutes les directions.

D'emblée une ouverture à tout l'être, la psychothérapie d'abandon corporel s'est avérée une démarche susceptible de déboucher sur le sens, ce qui en aucune manière n'était prévu au départ. L'étonnement a été de découvrir, dans des moments de grande ouverture, des niveaux de compréhension de la vie inaccessibles autrement. La répétition ne laisse plus aucun doute sur ces expériences qui, et cela est une certitude totale, ne peuvent d'aucune manière être provoquées. Le plus qui puisse être fait est de prendre le risque d'être globalement soi, que l'on soit le thérapeute ou le client.

Une définition formelle

Un mode de rapport qui fait place à la globalité des êtres en présence, situant la rencontre psychothérapeutique à la fois sur le plan ontologique et sur le plan de la recherche. Telle sera la définition de la psychothérapie d'abandon corporel.

Une telle position engage un processus sans limites, faisant place à la vie comme elle est organisée en chacun, et constitue essentiellement une invitation à être et à devenir responsable de soi.

Un tel risque ouvre à une perception plus exacte de soi, des autres et de la réalité: il crée de meilleurs rapports avec soi et les autres ; il renouvelle une compréhension des grandes questions de la vie. De surcroît, il arrive fréquemment que toutes sortes de symptômes atteignant le comportement, le fonctionnement mental ou somatique s'atténuent et même disparaissent.

Chapitre 11

Le rapport psychothérapeutique et la formation en abandon corporel

La situation psychothérapeutique

La position prise en psychothérapie d'abandon corporel a été longuement décrite dans ces pages. Il pourrait sembler inutile d'ajouter une réflexion sur le rapport entre le psychothérapeute et le client, mais c'est pourtant là une question fondamentale sur laquelle il faut revenir.

L'abandon corporel n'est pas une forme de psychothérapie semblable aux autres. C'est à proprement parler une position ontologique. Son projet premier est de créer les conditions qui favorisent l'être et le devenir. Tout est mis en place pour sortir des techniques et des théories, de façon à ne pas diriger ni limiter l'expérience de chacun. C'est un au-delà et un en deçà des formes courantes de psychothérapie.

La compréhension de l'être humain qui en a graduellement émergé n'est pas non plus celle que véhiculent les autres formes de psychothérapie. Il s'agit d'une vision anthropologique de l'humanité et de chacun des individus en constant devenir : une humanité à être, à développer à

partir de ce qu'elle est déjà, à recevoir plutôt qu'à changer et à réparer ; une humanité projet émergeant de la matière et de l'animalité ainsi que d'un long processus d'hominisation.

Découvrir l'être constitué des traces de cette longue évolution montre ce mode de rapport qui fait place à la globalité de soi comme fondamental, non seulement pour la psychothérapie, mais aussi pour les autres lieux de profonde implication : la famille, l'éducation, la société... toutes les sphères de l'activité humaine.

En abandon corporel, il n'y a pas un mode de rapport qui n'appartienne qu'à la psychothérapie. Plutôt, le lieu privilégié que constitue la psychothérapie permet de vivre ce rapport particulier et d'en explorer les dimensions les plus profondes. Là, rien d'autre n'est en cause que d'être et de vivre la vie comme elle est en chacun, dans un rapport qui fait place à tous les modes que chacun est.

Il incombe au psychothérapeute de prendre cette position et de créer cet espace. C'est le risque de son propre être qui est en question : recevoir tout ce qui se passe en lui dans la situation psychothérapeutique comme lui appartenant, sans rien protéger, ni provoquer, ni empêcher ; laisser le ou les clients à eux-mêmes, à leur être, de sorte que la vie se manifeste en chacun telle qu'elle est organisée.

Le rapport qui s'établit entre le psychothérapeute et le ou les clients est imprégné du réel. Dans cette perspective, le meilleur rapport psychothérapeutique est celui qui existe lorsque au moins le psychothérapeute reçoit ce qui est éveillé en lui comme lui appartenant. Tout ce qui vient du client lui donne l'occasion d'être ce qui est éveillé en lui. Ce risque de tout soi-même pris par le thérapeute ouvre le champ pour que tout ce qui émerge du ou des clients soit leur être à apprivoiser, à leur rythme.

C'est là le caractère ontologique de la position, une position paradoxale : la situation est d'autant plus ouverte, plus respectueuse du client, lui laissant tout son espace pour être comme son être est organisé, que le psychothérapeute est réceptif à chaque moment de sa propre expérience, la

recevant globalement comme sienne. Il s'agit d'une démarche psychothérapeutique centrée sur le psychothérapeute, et donc d'une position de recherche en psychothérapie.

La vie de chacun de ses clients, quels qu'en soient le contenu et la forme, est reçue réellement par le psychothérapeute dans ce qui est éveillé en lui-même. Ce mode de rapport qu'il introduit – qui fait place à tous les modes et donc au rapport réel de chacun – hisse les contenus de la psychothérapie au niveau de l'être de chacun. Dans la perspective où rien n'est à changer, à résoudre, à interdire, tout se passe à l'intérieur, tout est à recevoir comme son être, même ce que l'on appelle les défenses et le transfert.

Le transfert et la rencontre ontologique

En abandon corporel, il n'est pas possible d'appréhender le transfert comme cela se fait dans d'autres formes de psychothérapie et en particulier en psychanalyse. Pour l'abandon corporel, le transfert n'est pas à résoudre, mais à recevoir et à faire exister comme étant l'être du client. Il appartient au psychothérapeute de clarifier en lui et de recevoir comme son propre être ce qu'éveille son client, ce qui lui permet, le temps venu, de faire toute sa place au vécu du client et de trouver les mots pour le lui communiquer.

Une parenthèse est nécessaire. Le rapport aux parents ou à leurs substituts n'explique qu'en partie ce que devient un être humain. L'humanité est en devenir et chacun des individus est le point d'arrivée de ce devenir, portant dès sa conception le processus d'humanisation en héritage sous la forme spécifique transmise par ses parents et par ses lignées d'appartenance. L'aventure humaine commence avec ce bagage qui, en chacun, est un lieu de lecture unique de toutes les expériences qui lui arriveront, aussi bien dans sa vie intra-utérine, à sa naissance, que tout au long de sa vie. Si bien qu'expliquer les événements actuels en se référant à ceux du passé, à des climats affectifs de l'enfance, à sa naissance ou à sa conception est douteux et insatisfaisant. Cela

risque entre autres de garder dans la culpabilité et l'accusation et de servir d'alibi pour ne pas recevoir sa propre vie.

La psychothérapie d'abandon corporel situe tout l'être dans le rapport et donc, sur le plan ontologique, elle inclut les éléments transférentiels. L'être humain n'est pas devant des problèmes à résoudre afin de devenir un lieu de désir et d'être purifié et guéri. Il est un corps qui est organisation de rapports et du rapport, un corps à recevoir et à être. En abandon corporel, le transfert est une manifestation de cette organisation qui dit exactement la structure du désir. C'est au psychothérapeute qu'il appartient, à travers le risque sans cesse pris de son propre être, de permettre l'émergence progressive de cette organisation de rapports et de désir chez ses clients, et à travers le processus psychothérapeutique, de faire qu'elle puisse être reçue lentement par eux.

Ici encore joue le paradoxal : faire toute sa place à l'autre, c'est avant tout la faire à soi. C'est le non-reçu de soi qui introduit nécessairement des interdits dans le rapport au client. Toute l'empathie du monde ne pourra faire en sorte qu'un psychothérapeute devienne un lieu pour laisser être et recevoir toute la vie de ses clients comme elle est organisée en eux. En situation psychothérapeutique, surtout lorsque la situation est émotionnellement chargée, il est important de prendre le temps de recevoir son vécu intérieur. Ce temps de se recevoir est celui qui donne toute sa place à l'autre. Alors, ce qu'il est, ce qu'il dit, ce qu'il fait peut trouver son temps et son espace d'être, sans plus de jugements, d'interdits ou de demandes de changements plus ou moins inconscientes de la part du psychothérapeute.

Mais cette ouverture à tout lui-même du psychothérapeute, lieu pour recevoir l'autre, est aussi le regard tout ouvert et l'écoute toute donnée pour apprendre et connaître l'autre. Il n'est pas vrai que l'on puisse connaître l'autre d'avance, le définir et établir un strict diagnostic. Tout au plus peut-on en faire une description générale, du reste souvent contredite par les autres, toujours partielle et injuste par rapport à ce qu'est réellement la personne. Cette pratique –

utile dans la société et le système médical qui sont les nôtres – relève des rapports de force entre les humains. Mais elle est aussi un obstacle au devenir des individus et pas seulement de ceux qui font l'objet de ces diagnostics. Les humains ne sont pas malades, ils sont problématiques, tous à des niveaux différents. Dépasser ces approximations chargées de jugements de valeur, faire place à l'unicité de chacun, là se trouve le risque à prendre d'être soi ! L'autre, de son côté, ne peut vraiment se faire connaître que dans les conditions où il peut être et devenir tel que la vie est organisée en lui.

Se recevoir fait toute sa place à l'autre pour qu'il soit comme il est et, de ce fait, connu. De la connaissance qui succède à l'être peut surgir la parole qui reconnaît et fait exister. Cette parole ne dépend d'aucune théorie sur l'être humain ou sur la psychothérapie. Elle relève de cette position ontologique qui est aussi position de recherche ; elle est découverte et dépassement des dichotomies ; elle révèle l'interdépendance et la paradoxalité en chacun. À ce niveau de rencontre, qui est celui qui fait être, celui qui donne et celui qui reçoit n'est pas évident. La position prise par le psychothérapeute donne à être ce qu'il est en présence de son client, et celui-ci par ricochet y découvre son être. De la rencontre naît la connaissance : celle qui concerne le psychothérapeute et qu'il garde pour lui-même, et celle qu'il choisira de livrer à son client s'il le sent opportun.

La réalité de la dépendance

La psychothérapie ne crée pas la dépendance, pas plus que le rapport parent-enfant ou celui qui existe dans le milieu éducatif. L'indépendance n'est qu'en apparence le contraire de la dépendance. Elle en est une forme davantage valorisée dans la société. Plus une personne est douloureusement marquée par ses origines et son histoire personnelle, plus elle risque de porter des aspects d'elle-même non reçus et irrecevables. C'est dans cette coupure que prend racine la dépendance, une dépendance d'origine qui, ne pouvant se

résoudre que dans le processus sans fin de se recevoir globalement, n'est jamais résolue.

La dépendance prend toutes les formes et elle se cache sous tous les visages : chez certains, elle est autorité, prise en charge des autres, don de soi ; chez d'autres, elle est maladie ou recherche d'un maître. Comme tout ce qui est humain, elle est à recevoir comme étant l'être de chacun. Le contraire de la dépendance n'étant pas l'indépendance mais l'interdépendance, celle-ci ne se découvre vraiment que dans le risque toujours à renouveler d'être soi.

La dépendance s'enracine dans la non-définition originelle de l'humanité. Elle s'est nourrie dans l'ambivalence non reçue de tout le processus d'humanisation. Elle peut conduire au pouvoir, à la consommation, à la drogue, au suicide, au meurtre, ou à se réfugier dans des sectes, dans le travail. La dépendance fait partie de chacun, de son rapport à la vie, à lui-même et aux autres. Elle touche au cœur de chacun, en ce qu'il ne reçoit pas de lui-même et donc des autres : le manque. Elle est d'autant plus forte et plus insidieuse que la douleur d'être soi est insupportable. Elle cherche des lieux hors de soi pour se donner l'illusion d'être et réduire ainsi la souffrance.

La dépendance mérite un respect profond. Elle est un chemin du désir qui cherche à s'accomplir, quels que soient les détours. Toujours les humains cherchent à être. Recevoir le fond de soi, les traces de l'humanité en soi, comme soi – ce qui serait la voie la plus directe et la plus assurée pour sortir de la dépendance – est un sentier pour tous ardu et pour un grand nombre impossible. Mais le manque de soi et des autres en soi, qui est l'interdépendance constitutive en chacun, demeure et devra chercher autrement à se dire. Les institutions sont nées de la dépendance et du manque depuis le début de l'humanité. C'est par ce chemin que sont devenus les humains. La dépendance a été le détour nécessaire de l'humble aventure humaine : la voie royale de se recevoir globalement lui aurait été mortelle et impossible. C'est une voie qui ne peut que lentement être empruntée.

La position du psychothérapeute

L'abandon corporel fait ressortir l'être humain non pas à guérir ou à changer, mais à être et à devenir. Chaque individu est la résultante d'une accumulation de traces humaines, toujours placées sous le signe de la coupure et de l'ambivalence. Chacun en est l'organisation unique qui détermine fondamentalement son rapport à la vie. Tout projet de changer ou de guérir les humains ajoute d'autres traces, qui peuvent aider à vivre mais qui augmentent le non-reçu, le négatif de l'ambivalence d'origine. L'être humain porte en lui les deux pôles de cette ambivalence et tenter d'en éviter un c'est s'amputer d'une grande partie de soi.

L'humanité dans sa totalité organise chacun des individus. La position de recevoir globalement cette humanité fait quitter la causalité, l'accusation et la culpabilité pour entrer dans l'interdépendance et la paradoxalité. Il est alors possible d'entrevoir le dépassement de toutes les dichotomies. Au contraire, tout recours à des techniques, tout enfermement dans des théories, toute réserve chez le psychothérapeute par rapport à sa propre vie garde les clients dans des coupures intérieures. Cela réintroduit les dichotomies et les contradictions dans la réalité humaine et le sadomasochisme dans les rapports.

Il est aisé de comprendre l'exigence que comporte la position de psychothérapeute en abandon corporel. Rien ne s'interpose entre lui et l'autre. C'est de sa position qu'il crée les conditions faisant en sorte que rien de ce qui se passe entre les êtres en présence ne soit exclu et que rien d'autre n'y soit inclus. Il ne se réfère à aucune théorie sur laquelle asseoir une compréhension *a priori*; il n'utilise aucune technique qui provoque et oriente l'expérience, ce qui serait rassurant pour chacun, lui compris; il n'a aucun modèle qui lui permette de savoir vers quoi se dirige le processus qui s'engage.

Prendre cette position ontologique – identique à une position de recherche – n'a de sens véritable que si la vie a

en elle-même une direction beaucoup plus assurée et un sens beaucoup plus profond que tout ce que l'on peut définir d'elle à partir de nos coupures et de nos ambivalences refusées. L'expérience de l'involontaire approfondie depuis de si longues années, et celle – jour après jour, année après année, de la situation psychothérapeutique, en rencontre individuelle ou en groupe – d'un nombre croissant de psychothérapeutes ne laissent aucun doute sur cette réalité du sens et sur la direction intrinsèque de la vie en chacun. La vie humaine est limitée par la position que l'on adopte pour l'approcher et elle attend d'avoir son espace pour révéler ce qu'elle est dans toutes ses dimensions.

En abandon corporel, la position prise par le psychothérapeute est celle du risque de son expérience comme lui appartenant, et c'est ce risque qui crée ce mode de rapport faisant place à la vie comme elle est organisée en chacun et ainsi, à tous les modes de rapports de l'humanité. Dans le même mouvement, cette position lève les interdits d'être comme cela est organisé en chacun et crée les conditions pour que ce qui se passe puisse se résoudre dans l'être et la responsabilité de chacun. C'est une position sans cesse à reprendre parce que jamais acquise. Elle est engagement d'un processus et non un état dans lequel on s'installe. Elle est processus en cours qui fait comprendre toujours mieux la position qui est à retrouver sans cesse. Se découvrent indéfiniment en soi-même des lieux insoupçonnés de coupure, des lieux non encore apprivoisés. L'abandon corporel est une position où l'on n'a jamais fini de devenir psychothérapeute.

L'essentiel de la formation

Toutes les questions qui touchent à la psychothérapie en général sont abordées dans les situations de formation. On y traite d'éthique, de rapport à l'argent et au temps, et autres. On y soulève bien sûr des questions théoriques, ce qui permet de mieux comprendre certaines organisations d'être. Il est important de bien approfondir la situation psy-

chothérapeutique offerte aux clients et d'apprendre à discerner quelles personnes peuvent vraiment en profiter.

Mais l'essentiel de la formation est ailleurs. Il se situe avant tout dans une démarche, entreprise pour soi, qui permet l'expérience de l'involontaire et fait découvrir cette organisation d'être que chacun est. Savoir pour soi, à travers son expérience, le déterminisme de sa propre vie et l'ambivalence radicale que soi ou l'autre porte au-dedans est irremplaçable pour le psychothérapeute. Découvrir par soi que le changement passe par le consentement, toujours difficilement arraché, à être comme cela est organisé en soi, à ce que la vie en soi soit reçue, non pas fabriquée à volonté par chacun, voilà un chemin qui n'est jamais complètement parcouru !

L'affrontement et la rencontre avec les autres sont une part essentielle de la psychothérapie d'abandon corporel et de la formation. Prendre le risque de vivre devant les autres, de recevoir leurs réactions, d'écouter leurs fantasmes, de sentir leur distance et leur proximité fait découvrir des dimensions de soi non rejoignables par soi seul. Le travail se fait au rythme de chacun. Faire de la place en soi pour le vécu des autres à son égard se dévoile, plus ou moins difficilement, comme étant le seul lieu de rapprochement et d'intimité réels. Consentir à être, c'est faire être. C'est par ce chemin qu'on a la lente intuition de l'interdépendance constitutive des humains, une expérience fondamentale pour sa propre vie ainsi que pour le travail de psychothérapeute.

La formation proprement dite se fait dans des rencontres individuelles et, plus généralement, à l'intérieur des groupes. Ces groupes de cinq à huit personnes qui travaillent ensemble de longues années deviennent des lieux de référence pour chacun. Tout ce qui, de près ou de loin, touche à la psychothérapie peut être abordé. Mais l'essentiel de ce qui s'y passe se réfère au devenir de chacun des membres et aux rapports qui se créent entre eux. D'une certaine façon, la formation garde des rapports de continuité avec la psychothérapie personnelle de chacun des

membres, tout en étant ouverte à tous les problèmes concrets que pose le fait d'être psychothérapeute en abandon corporel.

En abandon corporel, le psychothérapeute n'a pas d'autre recours que lui-même dans la rencontre avec ses clients. Il lui faut avoir une ouverture suffisante à lui-même pour pouvoir vivre la situation psychothérapeutique de la façon qui convienne. Se pose donc la question : Quand est-on assez préparé pour commencer à recevoir des clients ? S'il est possible de le pressentir, il ne peut y avoir de diplômes qui consacrent ce moment. Il convient de commencer lentement et d'abord en relation individuelle. Cela demande du temps pour entreprendre un travail de groupe comme psychothérapeute, car la situation y est beaucoup plus complexe. Certains choisissent de privilégier la situation individuelle car elle leur convient mieux et ils s'y sentent plus aptes à remplir leur tâche.

L'important pour le psychothérapeute est de porter et de garder la rencontre sur le plan ontologique – en prenant le risque sans cesse renouvelé de recevoir comme lui appartenant tout ce qui est éveillé en lui à l'occasion de la rencontre. Force est de reconnaître qu'aucun psychothérapeute n'atteint ce niveau d'être de façon permanente, mais l'important est d'y revenir sans cesse. Force est aussi de savoir que, pour le thérapeute comme pour le client, la position de se recevoir globalement engendre un processus jamais terminé.

Pour les personnes en présence dans la psychothérapie de l'abandon corporel, le véritable lieu de devenir, le maître si l'on veut, est la position ontologique initiée par le psychothérapeute. Dans la mesure où ce dernier n'est jamais arrivé, il peut indéfiniment créer les conditions favorables à ce que ses clients poursuivent leur démarche. Le psychothérapeute- ~ devient plus compétent à reconnaître l'infini ; de tout ce qu'il y a à devenir et à y consentir vraiment. L'humanité n'a pas vraiment besoin d'individus compétents ni de maîtres, mais de personnes qui consentent de plus en plus à s'ouvrir à la globalité du projet qu'elles sont.

Une formation jamais terminée

La formation à la psychothérapie d'abandon corporel ne peut jamais finir. Elle se découvre de plus en plus profitable, autant pour le responsable de cette expérience que pour les psychothérapeutes impliqués. La position prise en abandon corporel fait en sorte que chaque rencontre est motivation et fondement de la prochaine. Pour chacun et tous, c'est l'approfondissement de la richesse et de la complexité de la vie. C'est aussi le support apporté dans des situations professionnelles et personnelles difficiles.

Au fil du temps, se dévoile la structure de rapport et de désir qu'est chacun, seule et même réalité. Ce que l'on nomme la psychothérapie n'a maille à partir qu'avec cette réalité du rapport et du désir. Connaître mieux comment la vie, la structure de son désir, est organisée en soi est essentiel pour que d'autres puissent voir clair dans leur propre existence.

La situation habituelle de formation pourrait cesser, mais à condition d'être remplacée par autre chose. Ce pourraient être des rencontres entre collègues prenant ensemble le risque de leur vie intérieure et de leurs expériences de psychothérapeutes. Il s'agirait de trouver la formule qui convienne. Chose certaine, il est difficilement concevable de porter longtemps seul une clientèle engagée dans un processus aussi exigeant. C'est l'expérience de devenir et de découvrir sans cesse qui donne l'élan et l'énergie ainsi que la motivation d'accompagner d'autres personnes à travers les difficiles sentiers du risque d'être globalement soi.

Chapitre 12

Les contenus, les modalités, la clientèle

L'ici et le maintenant

L'abandon corporel étant une position ontologique en psychothérapie, l'expérience ramène toujours au niveau de l'être, dans l'ici et le maintenant, intégrant tous les espaces et tous les temps. Il appartient toujours au psychothérapeute de situer à ce niveau l'expérience en cours, peu importe ce qui se passe sur le plan verbal ou non verbal, individuellement ou en groupe. Prendre le risque de ce qui se passe en lui comme étant son propre être est ce qui situe tout ce qui se passe en psychothérapie au niveau de l'être de chacun. Là est le passage à l'être et à la paradoxalité.

La psychothérapie de l'abandon corporel n'a rien d'une technique, elle n'est que la conséquence de la position ontologique adoptée au point de départ de l'expérience de recherche. Prendre cette position, c'est se placer dans la paradoxalité, le dépassement de toutes les dichotomies, y compris celle de l'espace et du temps.

Dans la situation thérapeutique, cette position fait place à la vie comme elle est et à tous les modes d'expression qui révèlent cette organisation. Tout ce qu'expriment les clients

est leur être, y compris leur refus, leurs défenses. Aucun contenu n'est privilégié: les retours à la petite enfance, le rapport aux parents, les incidents, les conflits avec les autres, les problèmes conjugaux, et rien n'est exclu. De même pour les fantasmes, les rêves, les émotions, la souffrance de vivre, la vie et la mort, le sens et le non-sens...

Le niveau d'écoute et de compréhension est gardé sur le plan ontologique, Tout est entendu comme exprimant l'être de quelqu'un, et non comme un problème à solutionner, un conflit à résoudre. Rien n'est reçu comme une explication causale pouvant rendre compte de soi, de ce qui se passe à ce moment précis de la vie d'un individu. Le langage interprétatif est, autant que possible, exclu de la situation psychothérapeutique.

Le psychothérapeute s'efforce également toujours de situer son discours au niveau ontologique, prenant en compte l'unicité d'organisation de chacun, ses modes d'expression et les contenus qui le révèlent. Chacun est à recevoir, à écouter et à apprendre, comme étant depuis toujours une organisation d'être, un lieu unique de lecture du réel et de ses expériences de vie. Rien ne s'enregistre de la même manière en personne. Impossible d'aborder les êtres avec une théorie et un modèle qui prédéfinissent leurs expériences. Se recevant, il est possible de laisser être l'autre, de l'apprendre et de le nommer dans son unicité.

Cette position de recherche dispose à redécouvrir sans cesse la réalité humaine à travers l'unicité de chacun. Les conditions sont alors en place pour pouvoir apprendre chacun des autres et découvrir les mots pour les dire. C'est peut-être là le cœur de la psychothérapie d'abandon corporel : faire en sorte que tous les contenus que chacun exprime d'une manière ou d'une autre lui soient traduits comme étant la révélation de l'organisation unique de sa propre vie.

Le non-verbal et l'involontaire

L'abandon corporel a d'abord été l'expérience d'un groupe engagé dans une recherche sur le toucher, et située par consé-

quent sur le plan non verbal. En même temps, cette expérience a constitué une démarche individuelle utilisant le langage comme mode d'expression. La position prise situe la psychothérapie au-delà des dichotomies qui servent d'ordinaire à identifier les différentes formes de psychothérapie.

L'abandon corporel étant ce mode de rapport qui fait place à la vie telle qu'elle est, il se situe en dessous de tous les modes d'expression. Il perçoit la vie de l'humanité et celle de chacun des individus comme étant la recherche d'un mode de rapport qui accomplirait le corps – et l'humanité entière –, transcendant ainsi toute séparation entre l'individu et le groupe en laissant à chacun son importance.

L'expérience du non-verbal a été décrite antérieurement en ce qu'elle favorise l'apparition de l'involontaire. Il est demandé aux personnes de ne pas se mouvoir volontairement – pas même un petit doigt –, de ne se défaire d'aucune tension. En même temps, il leur est suggéré de ne rien empêcher de tout ce qui vient de l'involontaire, à quelque niveau que ce soit.

Le consentement à tout laisser être et à ne rien empêcher est fondamental. Les contenus importent peu, c'est le consentement à la vie que l'on est et aux conditions qui la favorisent qui importe. L'arrêt du mouvement extérieur et l'accueil ouvert à tout de soi-même transforment ce tout en mouvement intérieur, même l'immobilité.

La position intérieure est toujours à renouveler. Pour certaines personnes, il est difficile de la découvrir et donc d'expérimenter ce qu'est l'involontaire. Elles prendront jusqu'à des années à en faire vraiment l'expérience. L'involontaire met lentement en mouvement toutes les dimensions de la vie intérieure et tous ses modes d'expression, jusqu'à la somatisation. Il est aussi activité neuromusculaire. L'ensemble de ce processus sans fin fait apparaître l'organisation de tout soi : le corps qu'est chacun.

Le corps est le lieu d'interprétation du réel. Cette organisation de soi-même se manifeste dans le rapport aux autres et à la vie. Dans ce que l'on nomme la psychose, cette organi-

sation intérieure pourrait à la limite être mortelle, si elle était brutalement ressentie, tant elle peut, en certains cas, être contre la vie. Pour survivre, on se retire des autres et de la réalité. Pour ces personnes, l'accès à l'involontaire est si menaçant qu'il est impossible.

À partir de cette organisation intérieure, mouvement établi en chacun de nous, s'échafaudent nos rêves, nos fantasmes, nos comportements, notre vision du réel, nos adhésions philosophiques, théologiques et psychologiques. Cette organisation est la mémoire du processus d'humanisation et de la vie personnelle, à la fois inconscient collectif et inconscient individuel. Tout s'y trouve.

Le non-verbal est un lieu pour s'approprier à soi-même, à l'organisation de rapports et du rapport qu'est chacun. Il peut se vivre de différentes manières : seul, même chez soi, ou avec l'assistance d'une autre personne qui vit la même expérience présente par le toucher, ou debout face à soi, ou encore servant de support à notre corps flottant sur l'eau dans une piscine. Le non-verbal peut se vivre en groupe aussi bien qu'en rencontre individuelle.

Le non-verbal place ainsi chacun en contact avec ce lieu intérieur d'organisation de l'expérience de soi et des autres constitué des traces de l'humanité et de sa propre histoire. Là, chacun se découvre comme être de rapport aux autres, venant d'eux et ne pouvant entrer en rapport avec eux qu'en assumant d'être ces traces desquelles il émerge. C'est cela l'interdépendance : ne pouvoir être qu'en faisant être.

La nécessité du langage

Le toucher prend toutes les formes de la vie, y compris celles de la rencontre et de la mystique. Il est indéniable que toutes les autres formes d'expression : le regard, l'écoute et même la parole, sont des modes de toucher à distance. Émettre des sons n'est pas une qualité inhérente à l'espèce humaine, mais le langage élaboré est le mode de toucher humain par excellence.

Le langage est largement relié à l'interdépendance constitutive des êtres et à l'organisation de rapports et du rapport qu'est le corps. Il peut exprimer tous les niveaux de coupure aussi bien que la plus grande intimité. Il peut dire la vie comme elle est organisée, dans ce qu'elle a de plus secret, et rejoindre en même temps l'humanité entière. Chez les humains, le langage a toutes les dimensions de leur corps, jusque dans son accomplissement dans le rapport.

Il y a continuité entre le non-verbal et le verbal : le premier prépare l'autre et s'accomplit en lui, et le second est d'autant plus parfait qu'il s'enracine véritablement dans le premier. Le langage en chacun a la qualité de son ouverture à soi et de sa vérité d'être. Il est lié au déterminisme, à la conscience et à la liberté. Il est né dans la coupure, la causalité, l'accusation et la culpabilité. C'est à ce niveau d'expression qu'il se situe en chacun, avec ses modalités propres.

L'expérience de la psychothérapie est unique pour chaque individu. Parfois, il est possible d'entrer dans l'expérience non verbale dès les premières rencontres. Parfois, il pourra ne jamais en être question. L'abandon corporel n'est pas une technique, mais un mode de rapport ouvert à la globalité de l'être, cherchant pour chacun le mode d'expression qui lui convienne le mieux. Plus l'être est proche de la psychose grave, plus le non-verbal sera difficile à explorer et moins alors il sera approprié. Chez les personnes qui, au départ, ne peuvent supporter l'idée d'être touchées et encore moins de prendre le risque d'être elles-mêmes, le temps peut permettre d'appivoiser cette façon exigeante d'entrer en contact avec soi.

En abandon corporel, le non-verbal et le verbal se complètent. Le non-verbal a quelque chose de plus intérieur, de plus pour soi : du temps pour être en contact avec la vie comme elle est en soi. Le mode verbal implique plus directement le rapport à l'autre, mais il exprime la même organisation de rapports et du rapport qu'est le corps. Les deux modes sont reçus par le psychothérapeute dans ce qui est éveillé en lui, à chaque moment de la rencontre. Tout, même

le refus du client de s'abandonner à lui-même, même les réticences du langage, parle de lui. Dans la mesure où le psychothérapeute consent à ce que tout ce qui se passe en lui lui appartienne, tout ce qui se passe chez le client peut alors être, le révéler et devenir chemin.

Le rapport individuel et de groupe

Le non-verbal et le verbal sont utilisés de la même manière en psychothérapie individuelle et en situation de groupe, quoique les implications ne soient pas les mêmes. Prendre le risque de soi en présence d'une personne ou en présence de 10 ou 20 participants à une même expérience n'a pas la même importance et ne rejoint pas les mêmes niveaux de son être. Les deux situations se complètent, et certaines personnes les entreprennent ensemble. Chaque psychothérapeute adapte, à sa manière, la fréquence et la durée de l'expérience de groupe, ajoutée à la rencontre individuelle pour convenir à la situation personnelle de chaque client.

Il faut se rendre à l'évidence qu'aucun individu ne peut rejoindre seul, ni même avec le meilleur des psychothérapeutes, certains aspects fondamentaux de lui-même. Cela ne veut pas dire qu'il ne puisse, dans ces situations, s'ouvrir à des dimensions importantes de lui-même et faire ainsi une expérience satisfaisante. Mais l'être humain est toujours le point d'arrivée d'un long processus d'humanisation, il en est les traces plus ou moins reçues et recevables qui organisent son être. Chacun est ainsi enfermé dans sa subjectivité, n'ayant d'autre expérience de lui-même que celle qui lui est accessible. Le psychothérapeute en situation individuelle sera pour son client un éclairage précieux, mais le rapport – la situation psychothérapeutique – devenant plutôt confortable entre les deux personnes en présence fera que des aspects de l'organisation de rapports et du rapport chez le client ne pourront émerger.

La situation de groupe – présence d'autres personnes avec leur propre organisation d'être – créera une expérience

plus complexe et plus éclairante, et pour le psychothérapeute, et pour chacun des participants. Il n'est pas étonnant d'entendre des clients dire que le psychothérapeute n'est pas le même en situation duelle qu'en groupe. Ni le client ni le psychothérapeute n'ont alors accès aux mêmes vécus, bien qu'ils soient les mêmes êtres. Le groupe, la troisième personne, sous les multiples visages de chacun, éveille en chacun d'eux des aspects qui ne sont pas habituellement ressentis, et les rapports qui se tissent, y compris avec le psychothérapeute, rendent conscient des aspects de l'organisation d'être de chacun qui sont autrement laissés dans l'obscurité.

Aucun psychothérapeute ne peut seul donner à l'autre accès à sa vie, comme cela se peut s'il est apte à y joindre l'expérience des situations de groupe. Quand cela est possible – l'expérience est exigeante –, les autres sont pour chacun l'occasion d'être et de s'éveiller à soi-même, d'être mieux perçu et mieux nommé, permettant au psychothérapeute de recevoir de chacun une expérience qui corrige éventuellement la sienne et qui toujours l'enrichit. L'abandon corporel révèle les êtres humains essentiellement interdépendants les uns des autres, chacun étant l'humanité entière à recevoir et à être. Il n'est pas possible de croire aller en soi-même seul. Cela implique toujours les autres et, plus encore, ceux qui sont directement impliqués avec soi.

Se rejoindre soi situe les autres dans leur être. La difficulté de cette démarche si importante pour le devenir de chacun est qu'elle place les autres en collaborateurs ontologiquement impliqués dans sa réussite. Chacun est pour les autres le lieu de leur accomplissement. La situation de groupe, sans que cela soit nommé ni même appréhendé, place tous les participants au service de chacun et chacun au service de tous. Il appartient au psychothérapeute de faire que Je désire suive cette voie qu'il tend à prendre de toutes ses forces. Pour cela, le psychothérapeute a à prendre le risque d'être soi, recevant tout ce qui se passe en lui comme lui appartenant.

Recevoir une personne, même lorsque cela atteint et menace, devient suffisamment confortable au cours du processus psychothérapeutique. Ce qui se passe en soi est alors plus facilement identifiable et recevable comme étant soi. La réalité d'un groupe est tout autre : il faut faire de la place en soi à chacun des participants et à toutes leurs interventions. Tout ce que chacun vit et exprime a à trouver l'espace pour que ce soit son être, reçu et de ce fait reconnu. Dans la mêlée de ce qui s'exprime à certains moments, il est difficile de ne pas prendre parti, de ne pas favoriser certains niveaux de discours plutôt que d'autres. Tout étant mis en œuvre pour que chacun s'exprime à partir de ce qu'il est, le pénaliser ensuite de quelque manière, lui reprocher son discours ou lui suggérer de changer garde le rapport dans le sadomasochisme et l'incongruité.

Pour que le processus puisse suivre son cours, il incombe au psychothérapeute de prendre le temps de demeurer en lui, se donnant le droit de ressentir toutes ses réactions comme étant les siennes propres. De ce lieu seulement pourront surgir une compréhension réelle de ce qui se passe et un discours qui fera exister chacun dans son être hors du sentiment de culpabilité. La position ontologique du psychothérapeute qui crée cet espace dans le groupe situe tout ce que chacun exprime au niveau de son être, le faisant ainsi connaître et se connaître. Ramener tout ce qui appartient à l'être de chacun, en prenant le risque de tout ce qui se passe en le sien, est le rôle essentiel et jamais acquis du psychothérapeute.

C'est la responsabilité du psychothérapeute en abandon corporel, en situation individuelle ou de groupe, sur le plan verbal ou non verbal, d'être le lieu de passage de la causalité et de l'accusation à l'interdépendance et au paradoxal. Le risque d'être globalement, qu'il assume pour lui-même, est le seul lieu qui lève pour les autres tous les interdits faits à leur être. Il ouvre aussi à la possibilité d'apprendre Les autres et de les rejoindre en ce qu'ils sont vraiment. Les rapports de transfert et de contre-transfert sont reçus momentanément

dans la subjectivité et la responsabilité de chacun, psychothérapeute et clients.

Une position ouverte à tous

D'une façon générale, la psychothérapie d'abandon corporel s'adresse à tous ceux qui veulent bien en profiter. Ce mode de rapport n'est pas applicable à la seule situation psychothérapeutique, mais à l'existence en général et spécialement à tout ce qui touche au devenir. Il fait à chacun sa place, créant les conditions pour que l'être soit vraiment reçu et respecté.

La psychothérapie d'abandon corporel ne vise pas avant tout le changement. Elle favorise en chacun l'être. Sa position ontologique se situe en dessous des symptômes et des difficultés de comportement, tout étant à recevoir. Le changement réel s'amorce dès que l'on s'approche de soi et se laisse approcher par les autres. Ce mouvement jamais terminé d'être soi a souvent la conséquence de faire disparaître les symptômes de tous ordres.

Il serait possible en théorie d'introduire la position de l'abandon corporel dans toutes les sphères de la psychothérapie. Cette position initierait un tout autre mode de rapport et ferait apparaître une tout autre compréhension de l'être humain. La dichotomie entre malade et bien-portant disparaîtrait. Resteraient des êtres en présence, participant à un même devenir, marqués de la même humanité à laquelle il y a à consentir. La psychose est inhérente à l'humain. Elle émerge de la coupure, du non-reçu et de l'irrecevable de soi-même. Elle varie d'une personne à l'autre et, dans des cas extrêmes, elle envahit toute la vie.

Dire que les psychotiques ne sont pas malades ne veut pas dire qu'ils ne soient dans le malaise et qu'il ne faille en tenir compte. Ils ont une vie profondément problématique, mais ils n'auront pas d'autre vie, ils ne guériront pas de leur vie. Les aborder comme ayant la même humanité que la sienne, dans laquelle on peut se reconnaître, crée un autre

mode de rapport, et à l'égard de soi, et à l'égard de l'autre. Il n'y a qu'une seule humanité que chacun porte en entier sous une forme unique. C'est en recevant cette humanité en soi qu'il peut y avoir de la place pour cette humanité chez l'autre.

Situer la psychothérapie au niveau de l'être, par conséquent dans un mode de rapport qui fait place à chacun comme la vie est organisée en lui, implique de tenir compte de cette organisation en chacun. Recevoir quelqu'un, c'est le protéger de comportements qui pourraient faire mal à lui ou à d'autres. De même, pour un psychothérapeute, c'est tenir compte de la vie des autres que de choisir seulement les clients avec lesquels il se sent à l'aise de travailler à tel moment de sa vie professionnelle. C'est à la fois respecter le client, le psychothérapeute qu'il est et la situation concrète dans laquelle il travaille.

Certaines limites

Travailler en bureau privé impose des choix. Certains clients ont besoin de médicaments et même du support d'un lieu protégé. On peut choisir de travailler en étroite collaboration avec un médecin ou un psychiatre et de traverser ainsi les périodes plus difficiles de la démarche. La position prise par l'abandon corporel est une position puissante et exigeante pour le client et pour le psychothérapeute. Il est primordial de choisir ses clients avec discernement, de façon à pouvoir les accompagner comme il convient dans leur démarche.

Le psychothérapeute a à tenir compte de lui-même. Ce n'est que très lentement que l'on apprend à faire de la place en soi pour pouvoir y laisser être comme soi tout ce qu'éveillent certaines personnes marquées plus douloureusement que d'autres par la psychose. Dans des expériences de groupe, la situation est encore plus délicate. Des interventions sont souvent nécessaires pour empêcher la vie d'éclater, de se désorganiser, et que chacun puisse poursuivre sa démarche. La psychose peut prendre certaines formes explo-

sives et excessives mais, dans un processus auquel on consent ensemble, tout peut devenir lieu d'apprentissage et de vie pour chacun.

C'est parce qu'on ne touche pas profondément à la vie qu'on ne découvre pas la complexité de l'organisation d'être au fond de chacun. Il se peut que des personnes ne veuillent consulter que pour quelques rencontres. En abandon corporel, rien ne va à l'encontre de ces demandes. Un psychothérapeute qui aura une longue expérience de la psychothérapie en profondeur comprendra plus rapidement ce qui sous-tend les difficultés d'être de ces personnes et pourra, en quelques rencontres, leur donner beaucoup.

Autre chose est de consulter pour des difficultés très spécifiques, sexuelles, phobiques ou autres, et de ne vouloir en aucune manière entreprendre une démarche prolongée qui irait rejoindre l'organisation des êtres. Dans bien des cas, ce serait pourtant la solution.

La position de la psychothérapie d'abandon corporel est ouverte et profitable à toutes les personnes désireuses d'explorer leur vie et d'en découvrir la complexité, l'organisation, la souffrance et la grandeur. Elle est centrée sur l'être à recevoir et à devenir, non sur l'efficacité et le changement, ce qui n'empêche pas qu'elle introduise bien des changements.

Chapitre 13

L'apport de la psychothérapie d'abandon corporel

Habiter davantage son être

La seule promesse que l'on puisse faire à qui entreprend une démarche en abandon corporel, c'est de tout mettre en oeuvre pour qu'il puisse rencontrer sa réalité. Bien sûr, il y a toujours l'espérance en chacun qu'un événement magique, une technique nouvelle ou un psychothérapeute remarquable vienne le libérer de sa propre vie.

C'est presque toujours un deuil difficile à vivre que de renoncer au pouvoir sur soi projeté à l'extérieur, dans des théories, des techniques : toutes sont des institutions. Consentir à être cette vie avec laquelle chacun entre en contact, dans un processus jamais terminé de devenir soi, n'est jamais facile. C'est découvrir lentement que la vie, sa propre vie, est une organisation intérieure profondément déterminée à travers laquelle chacun entre en rapport avec les autres et avec la réalité extérieure, comme cela est organisé en lui.

L'ambivalence radicale de tout ce que l'on est et de tout ce que l'on fait est une autre prise de conscience difficile à porter. Tout de soi porte cette ambivalence à recevoir : la main que l'on tend, le regard que l'on pose, l'oreille que l'on prête, la per-

ception du monde que l'on a... Le risque d'être globalement soi passe par ces territoires inconnus, obligeant à quitter sans cesse les lieux familiers de sa vie intérieure superficielle. Ce n'est pas toujours dans de grandes choses que l'expérience d'être se vit, mais dans tout ce que l'on est, à condition que ce soit reçu.

Ce processus sans fin de se recevoir globalement place la vie intérieure et la psychothérapie d'abandon corporel sous le signe du nomadisme: il faut toujours reprendre la route. Le mouvement intérieur ne peut s'arrêter sans institutionnaliser, interdire, instaurer la vérité et le pouvoir, et sans entrer dans la culpabilité et l'accusation. Ce qu'on a découvert ne peut continuer d'être qu'en s'ouvrant de nouveau à autre chose qu'il y aura toujours et encore à quitter. Être, c'est devenir sans cesse. Ainsi est la vie intérieure telle que la découvre l'abandon corporel.

Liberté, responsabilité, authenticité

Une telle expérience intérieure de sa vie comme étant une organisation de rapports et du rapport aux autres libère lentement de l'illusion du pouvoir sur soi de changer et de guérir. Être, c'est devenir qui on est déjà. On ne fait pas ce qu'on veut, mais ce qu'on est, et prendre le risque d'être soi conduit progressivement à la conscience d'être ce qu'on fait. Cette expérience du déterminisme, consentie, ouvre à la liberté et à la responsabilité.

Et c'est le passage à l'interdépendance et à la paradoxalité : l'être humain n'est libre que dans la responsabilité assumée du risque d'être globalement soi, c'est-à-dire déterminé, ce qui mène à reconnaître et fonder en soi les autres, à la fois comme soi et différents. L'être humain ne peut aller ' au bout de lui-même qu'en devenant le déjà là, qui ouvre et assure le passage à tout le devenir. Garder l'être dans des rapports de causalité à l'égard des générations antérieures"" entretient l'irresponsabilité et l'aliénation.

Le processus d'humanisation s'est fait sous le signe de la causalité, et l'accent placé sur le changement et la guérison

de toute la psychothérapie moderne – va dans le même sens. C'est une position profondément ambivalente qui apporte un nouvel éclairage tout en contribuant à alourdir le fardeau du non-reçu et de l'irrecevable. La psychothérapie se devra d'avancer progressivement et d'assumer l'être dans sa globalité, avec les deux pôles de son ambivalence et avec sa réalité paradoxale de ne jamais vraiment être qu'en devenant globalement ce qui est déjà là.

Se soumettre à une démarche qui engage la globalité de son être fait progressivement découvrir que celui-ci est présent dans tout ce que l'on fait, tout autant que dans tout ce qui arrive dans sa vie. Il s'ensuit une expérience intérieure plus authentique avec soi et les autres. Le réflexe si profond de s'excuser, de se sentir coupable ou d'accuser s'atténue. Se sentir responsable n'est en rien se sentir coupable, c'est porter ce que l'on fait comme émanant de soi, c'est répondre de ce que l'on est. Même si on ne peut faire et être autrement, on est malgré tout responsable.

Lorsque le processus n'est pas interrompu, il s'ensuit toujours des changements de niveau et de qualité dans la parole. L'expérience intérieure est livrée en impliquant davantage celui qui la vit, ce qui donne aux autres un espace plus large pour être, et en eux-mêmes, et avec l'autre. Il en résulte des changements dans le rapport aux autres. Pouvoir se vivre et se dire de façon plus réelle et plus juste diminue la peur des autres et le besoin de jouer des rôles.

Alors, l'expérience intérieure s'unifie. La distance entre les fantasmes de toute-puissance et les sentiments secrets de non-valeur s'atténue lentement. La démarche en groupe est généralement très propice à ce niveau de découverte. Souvent pour la première fois dans leur vie, des personnes découvrent l'expérience de l'intimité réelle, qui n'est au fond que le rapport de vérité à soi et aux autres. Il arrive à certains de formuler leur étonnement de n'avoir jamais auparavant ressenti une telle appartenance et une telle intégration à l'espèce humaine.

Un meilleur rapport à soi et aux autres et une sexualité mieux intégrée

Graduellement, le processus sans fin de recevoir globalement sa vie comme elle est organisée laisse être directement ce qui, autrement, doit se trouver des chemins détournés pour se dire. C'est dans le non-reçu et l'irrecevable de soi que toutes les souffrances trouvent leur source. Tout ce qui, dans le rapport à soi et aux autres, ne trouve pas son chemin s'exprimera nécessairement d'autres manières, créera des manques qui chercheront à se compenser et engendrera de la violence sous toutes les formes envers soi et les autres.

Le désir n'a pas d'autre forme que l'organisation de rapports et du rapport qu'est le corps. Il ne peut aller à son terme en chacun qu'en épousant cette organisation. Autrement, il emprunte des détours, qui diront de façon souvent douloureuse cette organisation. Mais tous les chemins du désir sont à recevoir et ont leur sens.

Personne ne choisit l'organisation de vie qu'il est, ni les détours que doit prendre en lui le désir pour se dire et s'accomplir. Au terme d'elle-même, l'humanité aura à recevoir tous les chemins qu'elle aura pris pour devenir. Il serait illusoire d'attendre ce moment où l'humanité aura enfin résolu ses difficultés d'être, qui sont son être et ne peuvent qu'être reçues. Ce pourrait bien être là, d'ailleurs, le vrai chemin pour commencer à les résoudre.

Un meilleur rapport à soi, aux autres et de ce fait à la réalité fait que l'on tombe moins souvent dans les mêmes cercles vicieux qu'auparavant. C'est souvent ce qui arrive dans ce processus jamais terminé qu'est l'abandon corporel. Des symptômes s'amenuisent et finissent même par disparaître: des tics nerveux, des phobies, de l'insomnie, des troubles digestifs, des problèmes cardiaques... Ces résultats ne sont pas recherchés pour eux-mêmes, ils viennent de surcroît. L'essentiel est toujours le risque pris de se recevoir globalement.

Rejoindre l'être de rapport que l'on est touche à toutes les dimensions de sa vie et, de façon très spécifique, à sa sexualité.

La sexualité humaine s'enracine dans l'organisation de rapports et du rapport qu'est chacun. Elle n'est pas un choix, mais elle a à être reçue. Il n'est pas possible de s'engager dans le processus d'ouverture à la globalité de soi-même sans découvrir les modalités de sa sexualité. Et il est fondamental de faire toute sa place à l'unicité que prend cette forme du désir en soi.

La vie, l'élan, l'énergie ne peut vraiment passer en chacun qu'en reconnaissant et en recevant comme soi cette organisation intérieure qui en est la seule route. C'est avant tout une voie à être, dans toute sa sinuosité et toute sa configuration, et elle emprunte parfois des détours qui ne peuvent se parcourir réellement sans prendre le risque de son être et de celui des autres. Il s'agit là d'un chemin à parcourir aussi infini que soi.

Chemin faisant, l'on fait une autre découverte : celle que l'approfondissement du rapport entre deux êtres peut alimenter et générer indéfiniment l'élan sexuel, qui peut à son tour plonger dans des lieux jusqu'alors inexplorés du rapport à soi et à l'autre. Il n'y a aucune magie en ces aspects si douloureusement tributaires de tout le devenir humain. Comme le corps humain, la sexualité humaine est à devenir organisation de rapports et du rapport.

Une ouverture au sens de la vie

Entrer dans le processus sans fin de faire place à tout soi-même est une expérience multidimensionnelle mettant à nu l'interdépendance constitutive et la paradoxalement de l'être de chacun. L'exploration sans limites de cet espace intérieur, amorcée par la position de se recevoir globalement, dépasse lentement les frontières de la coupure en soi. Des territoires nouveaux sont habités et s'accomplissent le lent emménagement chez soi ainsi que la récupération de son corps dispersé dans la culture. Progressivement, on fait l'expérience de se découvrir intérieurement comme lieu du sens jusque-là situé à l'extérieur, dans les institutions.

Prendre le risque de tout soi-même, c'est occuper l'espace infini de l'être et en découvrir la structure et les lois. L'être

humain est porteur du long processus menant jusqu'à lui. Il se découvre fils et fille de ce long devenir et, en se recevant, il consent à cette interdépendance qui le constitue. C'est le mouvement intérieur, toujours à renouveler dans le consentement à soi. L'interdépendance constitutive de l'être, en chacun, mise à nue récupère peu à peu en soi l'être et le sens. C'est la sortie graduelle de la dépendance envers les autres et l'institution.

Une vision unifiante de la réalité humaine

Une autre dimension de l'aventure intérieure obéissant à la paradoxalité de l'être est l'ouverture à l'universel, qui va de pair avec le consentement à ses propres particularismes. De cette position ontologique de devenir qui l'on est, l'on découvre un lieu pour être, pour soi et les autres. Les négations de soi engendrent des ruptures et des dichotomies. Il est impossible, par conséquent, de s'unifier en soi-même et d'unifier les humains entre eux sans trouver en chacun le lieu de l'interdépendance et de la paradoxalité.

La position ontologique de l'abandon corporel fait apparaître lentement en la personne une vision unifiante de la réalité humaine. La matière se spiritualise, le corps devient esprit; l'espace et le temps sont transcendés dans l'ici et le maintenant; soi et les autres se placent mutuellement dans l'être, dans le mouvement infini de se recevoir globalement,

La souffrance sous toutes ses formes, la maladie et même la mort dont meurent les humains sont des chemins détournés qu'emprunte nécessairement le désir, et non une quelconque malédiction venant des dieux. Faire de plus en plus de place à ce qui de soi n'est pas reçu fait découvrir à quel point tout est soi. Cela est vrai de tout ce que l'on est: son hérédité, son rapport aux autres et à la vie, ses malaises et ses maladies... Ces chemins reçus comme est à recevoir tout ce qui vient de soi forment une unification de rapport.

Le recours extérieur, à la médecine sous toutes ses formes, par exemple, peut alors vraiment venir de son choix.

Aucun miracle n'est attendu. Chacun se sait une organisation corporelle en quête de sens et d'accomplissement ne pouvant venir que de l'intérieur. L'extérieur sera un recours véritable dans la mesure où le risque de soi sera pris.

Chapitre 14

Autour de certaines questions

Savoir ou apprendre

La position de l'abandon corporel remet partiellement en question le diagnostic psychologique et le plan de traitement qui l'accompagne. Mais cela demande précision.

La psychothérapie, en général, relève de théories sur la réalité humaine dont découlent des techniques ayant pour objectif d'aider les individus à se conformer aux modèles d'humanité que supportent ces théories. Une connaissance de ces théories, une expérience et une pratique des techniques donnent dans une certaine mesure une certaine capacité à préjuger des personnes qui consultent et des meilleurs moyens à prendre pour les aider.

La psychothérapie emprunte beaucoup à la psychiatrie et à la médecine. Comme pour elles, poser un diagnostic précis et prévoir un plan de traitement approprié s'imposent. La compétence professionnelle y est largement mesurée sur cette capacité. Les milieux de la psychothérapie officielle tendent à se donner une légitimité en adoptant les mœurs médicales. La rigueur dans des domaines aussi exigeants ne peut qu'éveiller l'éloge et l'admiration.

Aussi longtemps que la psychothérapie reste liée à des théories et que son projet reste de changer et de guérir, le diagnostic et la recherche de techniques de plus en plus efficaces et rapides pour soulager la détresse humaine y occupent une place importante. Cette vision de l'être humain à changer et à guérir prenant racine dans la coupure et dans des compréhensions partielles de l'humanité, elle fait naître de multiples formes de psychothérapie, même celles qui relèvent de l'ésotérisme et d'autres conceptions marginales de la vie. Qualifier de scientifiques certaines théories plutôt que d'autres trace des balises utiles. Quand même, ces théories passeront comme bien d'autres. L'orthodoxie porte aussi l'incompatibilité avec la vie.

Une connaissance solide du diagnostic est importante pour tout thérapeute. Ce savoir sera cependant de peu d'utilité directe pour le psychothérapeute d'abandon corporel. Elle lui permettra peut-être de mieux discerner les personnes avec lesquelles il peut travailler, mais, à partir de sa propre expérience, il aura à développer des aptitudes à sentir ce qui est possible pour les êtres avec lesquels il choisit ou non d'œuvrer. Son projet n'étant pas de changer ou de guérir l'autre, il ne part ni d'une théorie ni de modèles d'humanité à proposer ; il est donc sans prévision de plan de traitement arrêté pour chaque client.

Sa position ontologique est une recherche centrée sur le psychothérapeute. Son seul savoir est celui de créer les conditions favorables à ce que l'autre prenne le risque de lui-même et apprenne qui il est. Cet apprentissage ne peut se concrétiser pour le client que dans le risque pris par le psychothérapeute de recevoir comme lui appartenant tout ce qui est éveillé en lui dans la situation psychothérapeutique. Le plan de traitement est de recréer sans cesse ce mode de rapport, dans toutes ses modalités, pour que chacun puisse être tel que cela est organisé en lui. Son modèle d'humanité, c'est l'organisation unique de rapports et du rapport qu'est chacun.

L'abandon corporel place le psychothérapeute dans la situation d'apprendre et non de savoir. Il place le risque

d'être comme antérieur à la connaissance et comme le lieu de celle-ci. Apprendre qui est l'autre, découvrir quel est son rapport à lui-même, aux autres et à la vie prennent souvent de longues années. Tous les modes d'expression verbale et non verbale de l'autre, son expérience en individuel et en groupe font apparaître graduellement l'organisation intérieure d'où surgissent sa manière d'aborder l'existence et le mode de rapport qu'il entretient avec elle. Les rêves sont souvent des lieux privilégiés qui exposent de façon dramatique l'organisation corporelle unique qu'est chacun.

En abandon corporel, le diagnostic émerge de la rencontre de plus en plus spécifique avec l'unicité de chacun. C'est dans le risque d'être ensemble qu'émerge la connaissance, qui ne peut ainsi prendre la forme d'un savoir sur l'autre en dehors de lui et de la rencontre. C'est aussi dans le risque de se recevoir globalement que s'apprivoise et se dévoile pour le client l'organisation de son être. En abandon corporel, cette démarche jamais terminée de devenir soi est le changement par excellence et le reste arrive de surcroît.

Le rapport au temps

L'objectif de changer ou de guérir provoque des contraintes : la vie est courte ; il faut soulager rapidement les souffrances intolérables; le coût peut être prohibitif; et puis, demeurer trop longtemps dans un processus psychothérapeutique crée et entretient des dépendances et des abus... Dans la perspective traditionnelle, tout cela est vrai, pour toutes les raisons qui ont été abordées. Nombre de personnes passent une vingtaine d'années dans des psychothérapies successives sans que cela ne règle la dépendance et ne donne les résultats escomptés.

L'abandon corporel a pris une autre position envers la durée. Ce n'est pas là une option volontaire. Il ne s'agit pas de privilégier le long terme par opposition au court terme. Le temps a pourtant son importance quand il s'agit de faire toute sa place à la profondeur de la vie. Mais la vraie

question est ailleurs. Sous-jacentes aux querelles d'écoles autour de cette question temporelle, se dissimulent des théories révélatrices de leurs concepteurs autant que de leurs utilisateurs. La position que l'on prend pour approcher l'être humain représente la limite de l'accès que l'on en a et la mesure de ce que l'on pourra en découvrir. La multiplicité des écoles de pensée, en psychothérapie comme ailleurs, trouve son explication dans l'organisation d'être des personnes qui les ont développées.

L'abandon corporel n'échappe pas à ce constat. Toutefois, force est de reconnaître que sa position par rapport à l'être n'a pas généré de théorie ni développé de technique. Elle a fait surgir un matériau nouveau qu'on a nommé l'involontaire. Celui-ci a engagé une expérience qui, au cours des années, a fait saisir davantage la position adoptée au point de départ. Le vrai maître s'est avéré être la position prise à l'origine et de plus en plus fidèlement suivie et comprise, une position qui fait toute sa place à l'être humain de sorte qu'en la reprenant sans cesse l'individu puisse devenir et mieux comprendre ce devenir ainsi que les conditions qui le favorisent.

Pour cette raison, la durée n'a jamais été en question. C'est le sentiment d'y trouver son être et sa vie qui motive la prochaine rencontre. Les expériences et les découvertes n'ont jamais cessé et elles semblent devoir se poursuivre indéfiniment. Il s'agit d'une position de recherche ontologique par rapport à la réalité humaine qui ne se situe pas dans le temps continu.

Elle ouvre d'emblée sur la paradoxalité, amenant les dichotomies et les contradictions à être résolues, plaçant l'expérience dans l'ici et le maintenant de la présence simultanée de tous les espaces et de tous les temps. Dans ce contexte, il n'est plus question de durée. Cela se passe ailleurs, dans l'infini du processus engendré et de l'ouverture faite. L'abandon corporel propose les conditions pour revenir chez soi, habiter sa demeure, explorer à l'infini les territoires sans limites et toujours inconnus qui sont les siens.

Sont réunis l'ouverture, le chemin et le terme, tout à la fois. À ce niveau, trois heures ne sont pas moins que la vie entière. Cependant, puisque l'être humain vient de la matière, le temps gardera toujours sa valeur fondamentale.

Les humains sont matière à éterniser. Le retour à la matière et au temps ne peut être qu'éternel : le temps importe donc et il est impossible d'y échapper. Ouvert à toutes les dimensions de la vie intérieure de chacun, l'abandon corporel se situe hors des limites du temps, comme position, mais il s'inscrit dans le temps de chacun. Il revient au client de juger pour lui-même quand il lui convient d'arrêter, ce qui constitue toujours un geste important. Le processus implique profondément les êtres en présence et lorsque c'est dans le refus ou l'incapacité de se rencontrer que se fait la rupture, la séparation peut être douloureuse. Elle se fait aussi de façon harmonieuse, surtout lorsque les êtres ont rejoint en eux et entre eux cette organisation de rapports et du rapport assez profondément pour que toutes les dimensions de la vie puissent être abordées sans tomber dans l'accusation et la culpabilité. Il y a toujours cependant un deuil à faire.

Il arrive que des personnes continuent la démarche intérieure au-delà d'un certain niveau de bien-être avec leur vie pour approfondir cette expérience. Il n'y a pas de terme à une telle entreprise et c'est grâce à toutes ces modalités d'engagement que l'abandon corporel a pu naître et se développer. Il n'a pu vraiment devenir ce lieu d'ouverture pour les autres et de compréhension de la réalité humaine que dans la continuité d'un grand nombre de personnes engagées dans la recherche sans limites du fait humain.

Le rapport à la souffrance

La psychothérapie d'abandon corporel est une approche qui exige une grande rigueur. Elle met en place les conditions pour que l'organisation du rapport et du désir en chacun puisse apparaître et suivre son cours sans avoir à emprunter tous ses chemins détournés. Mais une telle

position éveille nécessairement, sous toutes ses formes, la souffrance que tous les expédients auxquels on a recours pour vivre tentent d'éviter. Lentement, la difficulté s'amenuise, la menace devient moins aiguë. Mais poursuivre la démarche et creuser toujours cette organisation d'être que l'on est ne peuvent faire l'économie de la douleur inscrite, venant tout à la fois de l'histoire de l'humanité et de la sienne.

À l'évidence, cette exploration infinie de soi-même n'est pas exempte de joies profondes et de moments d'exaltation : l'expérience de se ressentir dans tout le corps que l'on est; les grands moments de libération où le sentiment d'unité de soi et d'énergie sans limites envahit tout l'être ; la découverte non seulement de participer de ce grand ensemble que sont l'humanité, la nature et le cosmos, mais aussi celle d'être tous les autres et toutes choses, dans l'ouverture à l'interdépendance et la paradoxalité. Et puis, il y a l'ouverture au sens venant de soi, du corps, de la matière : la prise de conscience que la matière et le corps à travers soi se spiritualisent, deviennent esprit, dépassant les limites et les dichotomies d'origine. Finalement, et en même temps, il y a l'ouverture à l'autre et aux autres qui se révèlent comme étant autres et soi-même : l'interdépendance constitutive et existentielle des humains.

En même temps qu'ils renouvellent sans cesse l'élan pour poursuivre la marche infinie vers soi-même, ces grands moments du processus de devenir soi n'éclairent que momentanément les ténèbres intérieures. Pour retrouver un même niveau de clarté, il faut repartir continuellement, explorer d'autres aspects de soi par des chemins inconnus. L'être humain est ainsi qu'il a à se recevoir sans cesse dans sa globalité, à ne pas s'arrêter ni diriger sa route. Le chemin y est déjà tracé, à l'insu de soi. Le risque de tout soi-même est le mouvement intérieur, permis et possible, et le consentement à sa propre direction. C'est à ce prix que l'être humain accède à lui-même : toujours recréer les conditions permettant à la vie d'être comme elle est, de sorte que, graduelle-

ment, de plus en plus de son espace intérieur infini soit ouvert. L'expérience de l'éternité en soi est à ce prix.

Ce parcours demeurera toujours exigeant. Il ouvre sur une démarche impliquant tout l'être et rejoint les grandes démarches de l'humanité, mais libérées des discours institutionnalisés qui les divinisent et les rendent inaccessibles. C'est dans ce cadre que s'engage d'emblée la psychothérapie d'abandon corporel. Cette pratique a toute cette exigence, autant pour le psychothérapeute que pour les clients. C'est la réalité humaine – son origine, son organisation et son destin – qui impose cette position et cette rigueur.

Une infinité d'autres chemins existent, empruntés depuis toujours. La souffrance n'en est pas absente, ni les moments de gratification. L'organisation unique de désir que chacun est y trouve nécessairement des passages. La compréhension de l'être humain qui a émergé de l'abandon corporel laisse à penser que, au-delà de tous les efforts pour inventer et créer sa vie, il restera à la recevoir, avec tous les détours qu'elle aura pris, dans l'espérance d'éviter certains niveaux de souffrance.

Conclusion

Tel est l'état actuel de la réflexion sur la psychothérapie d'abandon corporel ainsi que de la compréhension de la réalité humaine comme elle s'est révélée, à partir de la position de recherche empruntée. Il ne s'agit en aucune manière ni d'une technique ni d'une théorie explicative de l'être humain qui pourrait servir de base à des interventions ultérieures. Le psychothérapeute d'abandon corporel ne peut jamais faire l'économie du risque d'être globalement soi, pour faire toute leur place aux autres et ainsi les apprendre et les connaître. Rien n'est donc jamais acquis et tout est toujours en question. Il ne s'agit pas pour autant de nier les découvertes que 25 ans de recherche et de psychothérapie ont permises. Une compréhension de plus en plus profonde de soi et de l'humanité est née de cette démarche et de la position prise pour initier cette expérience qui continue toujours à s'approfondir.

L'essentiel de tout ce que cet ouvrage s'attache à communiquer rejoint la position prise en abandon corporel. Tout le reste s'y relie, en découle, y plonge ses racines. Il s'agit d'une position ontologique où le risque d'être globalement soi est toujours antérieur ou concomitant de la connaissance et du changement. Une telle position tend à être pur mouvement intérieur et engage un processus dans cette direction. Elle est donc en soi, momentanément et de plus en plus, à mesure que se continue le processus de devenir soi, un au-delà de tous les interdits, de toutes les morales, de toutes les croyances, de toutes les valeurs. Ce passage, l'abandon

corporel l'accomplit, non pas dans le rejet de quoi que ce soit, mais dans le fait de recevoir tout ce qui se passe en soi comme n'étant que soi, non la vérité, la justice ou la norme. Ce risque d'être globalement soi et de n'être que soi fait passer de la coupure, lieu de la causalité, de la culpabilité et de l'accusation, à l'être d'où émergent la responsabilité, l'interdépendance et la paradoxalement.

Grâce aux institutions qu'ils se sont données, les humains ont pu devenir ce qu'ils sont. Mais c'est dans le consentement à n'être que ce qu'ils sont devenus par ces mêmes institutions, dans le processus jamais terminé de se recevoir globalement et dans l'acceptation de tout relativiser de soi qu'ils peuvent s'accomplir vraiment. C'est là tout le processus d'habiter l'être comme soi. Soi ne peut être pleinement que dans un devenir jamais terminé passant par le consentement à être constitué des traces des autres et de l'humanité, sous une forme particulière, relative, en regard de toutes les autres façons de devenir humain.

La position de l'abandon corporel fait toucher l'être humain dans son enfermement en lui-même, dans son incapacité de se libérer seul de ses présupposés et de son regard faussé sur ses propres rapports aux autres. Abandonner ses lieux de fuite n'a rien de pessimiste ou de négatif. C'est ainsi que les humains ont pu jusque-là devenir. Chacun de nous est un lieu de perception et de lecture du réel dont il est esclave, protégeant et exprimant tout le non-reçu et l'irrecevable de soi.

Chacun apparaît comme étant un projet d'humanité qu'il ne peut conduire à terme que dans le risque de se recevoir globalement et dans un processus jamais terminé. L'humanité est en manque de ne pouvoir porter, de ne pouvoir recevoir en chacun la peine, la colère et la souffrance à travers lesquelles elle est devenue. Chacun des humains, sous sa forme particulière, est cette peine, cette colère et cette souffrance. Quelle tâche pour chacun de ne pouvoir vraiment être, à moins d'assumer toute cette humanité comme lui-même ! Mais c'est là aussi toute sa grandeur et le lieu de tout le sens.

Annexe

Au risque de se recevoir, interdépendance et paradoxalité'

Le but de cet exposé est de jeter un éclairage sur le thème « *Entre créer sa vie et la recevoir: mi dilemme dans le développement des personnes* ». C'est un dilemme par rapport à soi-même, mais aussi par rapport au rôle que l'on peut jouer auprès des autres dans sa vie personnelle et professionnelle.

Les mots

Créer sa vie et la recevoir : deux options diamétralement opposées, deux verbes aux antipodes. La première perspective désigne un agir qui suggère une œuvre d'art. La deuxième semble mettre l'accent sur la passivité : se contenter d'être qui l'on est. Tout le contraire de la créativité.

La réalité

La réalité est plus complexe. Créer sa vie éveille l'idée d'un pouvoir sur soi : la possibilité de se changer et de devenir autre, ce qui implique éventuellement, dans une action auprès des autres, d'intervenir, d'utiliser des techniques, de fournir des instruments pour soutenir et favoriser cette action. Par ailleurs, derrière une attitude d'apparence

1. Conférence présentée au IV^e Colloque de psychologie humaniste, tenu à l'Université Laval les 22 et 23 avril 1993, publiée dans la *Revue de l'Association pour la recherche qualitative*, Québec, numéro spécial, automne 1993.

plus modeste et plus passive, recevoir sa vie et n'offrir dans son action auprès des autres rien d'autre que le consentement à leur propre vie (dans l'abandon de toute technique et de toute intervention pour la changer) font appel à une activité d'une extrême exigence.

Il s'agit de renoncer à tout pouvoir sur soi et sur l'autre, d'accepter que la vie en chacun des humains, au-delà de ce qu'on en pense et imagine, a en elle-même un sens et une direction qui s'accompliront, quels que soient les interventions et les projets que l'on pourra élaborer à son sujet.

Ces deux positions participent de la vie de chacun, et les modes d'action qu'elles commandent se trouvent entremêlés dans la recherche ou l'intervention de ceux dont c'est la tâche d'agir auprès des autres. Certains choisiront surtout d'intervenir, d'agir sur leur vie et sur celle des autres. D'autres auront plus spontanément tendance à recevoir leur vie et à s'engager dans des pratiques qui favoriseront davantage cette attitude.

Créer sa vie pour la recevoir

Ces deux options – créer sa vie et la recevoir – sont intimement liées au devenir de chacun et de l'humanité entière. On peut les opposer, préférer un des pôles, mais il est impossible, dans la vie de tous les jours, d'éviter l'une ou l'autre de ces positions. Peut-être y a-t-il entre elles des liens plus importants et plus profonds qu'une simple opposition ? Peut-être aussi le choix de l'une des deux manières d'être et d'agir pourrait-il avoir des significations qu'il serait essentiel de découvrir ?

L'origine et le développement de l'humanité

On peut affirmer, en y mettant toutes les nuances, que l'humanité depuis son origine a été largement occupée à créer, inventer et explorer les multiples dimensions de la vie. Et il se pourrait bien que la nécessité de se recevoir s'impose de plus en plus, à mesure qu'émerge une conscience plus profonde de la réalité humaine.

Au risque de se recevoir...

199

Les premiers humains, on peut le comprendre, n'avaient pas vraiment en eux de lieu pour se recevoir. Pendant des centaines de milliers d'années, il a été surtout question pour l'humanité d'inventer et de créer la vie. Ce n'est que très lentement qu'il est devenu possible, au cours du processus d'hominisation, de vraiment se recevoir. Des hommes comme Bouddha, Socrate, le Christ témoignent de telles expériences. Mais ils sont presque des contemporains, à peine un peu plus de 2 000 ans derrière nous.

Créer sa vie nous plonge donc, avant tout, à l'origine de l'humanité, au cœur du processus d'hominisation. Nous nous trouvons alors en présence d'une humanité dépossédée d'elle-même, vivant dans un univers de causalité, de culpabilité, occupée à s'institutionnaliser pour s'apprendre et devenir. C'est dans ce milieu que s'est développée l'humanité. Il ne pouvait en être autrement. Le processus d'hominisation n'a pu s'enclencher qu'à partir de cette capacité de créer, de placer en dehors de soi tout ce qui n'était pas encore ou ne pouvait pas encore être reçu à l'intérieur.

Toutes les institutions, y compris les mythologies et les

religions, en découlent. Créer sa vie, ce serait en quelque sorte la chercher, l'apprendre, l'appivoiser pour pouvoir peu à peu la recevoir. Dans cette perspective, le dilemme entre créer sa vie et la recevoir pourrait se résoudre de façon harmonieuse. Créer, inventer sa vie ne serait, pour l'humanité et pour chacun des humains, qu'une préparation longue et difficile en vue de se rendre de plus en plus capable de la recevoir.

Le dilemme demeure

La réalité n'est pas aussi simple. En chacun de nous, le dilemme entre créer sa vie et la recevoir reste entier. Le processus d'homnisation a certes rendu possible à l'humanité de se recevoir. Mais il a aussi laissé en chacun toutes ses traces, les meilleures comme les pires. Chacun de nous est une immense mémoire de toute l'histoire de l'humanité. Nous ne naissons pas table rase mais bien organisés, marqués

jusqu'au tréfonds par cette longue aventure qui a mené, par des chemins uniques, l'humanité jusqu'à chacun de nous.

Devenir plus humain, c'est porter davantage le poids, les traces de ce devenir. En chacun ces traces sont déterminantes. Elles établissent spécifiquement qui nous sommes. Elles ne marquent pourtant pas également chacun. Certains, et peut-être en nombre croissant à mesure qu'avance l'humanité, sont de plus en plus atteints négativement par le processus d'hominisation transmis à chacun dans son bagage héréditaire à travers ses lignées d'appartenance et l'expérience de son histoire personnelle.

Engendré sous le signe de la vie à créer et à inventer, de la vie non reçue et non recevable, le processus d'hominisation s'est poursuivi jusqu'à nous. Il n'était pas possible qu'il en fût autrement étant donné notre émergence de la matière et de l'animalité. Mais tout le non-reçu, hérité de la longue quête, pèse sur chacun des humains comme un poids aliénant porteur de tous les désordres et de toutes les souffrances, jusqu'à la violence, la maladie et même la psychose.

Tous les humains que nous sommes vivons en partie coupés de nous-mêmes, organisés pour nous protéger de ce qui en nous est peu ou pas du tout recevable. C'est cette fonction que remplissent les mécanismes de défense. Plus nous approchons de ce que nous nommons la psychose, plus les coupures chez les êtres s'amplifient jusqu'à ne plus pouvoir vivre qu'en dehors de soi, des autres et de la réalité. Il ne leur reste plus alors que de tenter d'inventer et de créer leur vie en dehors d'eux-mêmes.

Créer sa vie, premier enjeu du dilemme

Le processus d'hominisation a commencé et se continue dans la dépossession de soi et, par conséquent, sous le signe de l'ambivalence. Les possibilités de s'inventer des lieux, des institutions de tous ordres constitutives du devenir humain portaient en elles-mêmes les germes de l'aliénation et d'autres formes de dépossession. Ainsi, la capacité de créer sa

vie, moteur de l'avancée de l'humanité et de chacun de ses individus, est entachée d'un manque radical. Elle émerge de la coupure et de la dépossession de soi et elle ne peut alors qu'institutionnaliser puis, à son tour, déposséder.

Le dilemme entre créer sa vie et la recevoir peut ne pas se présenter simplement. Il s'agit d'un enjeu déterminant pour le devenir de chacun et de l'humanité tout entière. Créer sa vie ne sera jamais une simple alternative au fait de la recevoir. Ce sont deux positions intimement liées au devenir de l'humanité et de chacun de nous. La première origine dans les coupures d'avec soi et se construit sur ce qui n'est pas recevable ou simplement pas reçu de soi. Ce qui n'est pas recevable ou pas reçu ne diminuant guère, créer, inventer, changer sa vie de mille manières permettent de souvent traverser les vicissitudes de façon satisfaisante. Mais le fardeau de ce qui n'est pas reçu demeure et ne peut qu'alourdir, qu'augmenter les forces négatives déjà présentes dans l'humanité.

La position de créer sa vie accentue et cependant camoufle l'ambivalence fondamentale de la vie humaine. Pour un nombre croissant de personnes davantage marquées négativement par le processus d'homínisation, créer sa vie devient la seule solution possible. Pour elles, cela pourrait aller jusqu'à œuvrer pour détruire leur vie quand ce n'est pas la vie en général.

Se recevoir : deuxième enjeu du dilemme

À moins qu'une partie de plus en plus grande de l'humanité ne s'engage dans l'aventure si contraignante de se recevoir, le processus d'homínisation pourrait s'engouffrer dans une véritable impasse. Il ne s'agit pas d'une option parmi d'autres, mais d'une exigence absolue pour être et s'ouvrir à la véritable grandeur de la vie.

L'être humain est depuis toujours un projet d'humanité. À l'origine, il est une matière, un corps ayant atteint un niveau d'organisation le rendant apte à participer à son propre développement. Il s'est développé à partir d'une absence de lui-même, en s'inventant des lieux, des

institutions de tous ordres pour s'apprendre, dans la dépossession et le narcissisme, dans des modes de rapport de soumission et de dépendance.

Les humains de tous les temps sont porteurs, chacun à leur manière et par générations interposées, de ce processus. Le corps humain en est l'organisation, telle une immense mémoire anthropologique portant toutes les marques de l'histoire qui le constitue. Chacun de nous porte cette longue histoire du devenir humain dans laquelle s'intègre la sienne personnelle, qui n'est qu'un point d'arrivée de tout le processus d'humanisation.

C'est avec ce bagage, hérité du bout des âges et déterminant qui nous sommes, que nous entrons en rapport avec nous-mêmes, avec les autres et avec le réel. Plus ce bagage reçu sera porteur de traces négatives, plus le risque de se recevoir sera difficile à prendre. Au niveau de conscience et d'être où l'humanité est parvenue dans son processus d'humanisation, vouloir uniquement changer, uniquement créer sa vie est devenu un exercice d'une frivolité certaine. Et nous apprenons avec une évidence croissante, à mesure qu'avance l'histoire, que les individus changent peu, ce que nous confirme notre propre expérience. Il reste à se recevoir.

Le processus d'humanisation semble tendre à rendre les humains capables de le faire. C'est même à cette fin que semble orientée ultimement la possibilité de créer sa vie. Il faut se rendre à l'évidence que l'être humain est le produit d'un long processus et qu'il est porteur de tout ce devenir qui l'organise. Cette organisation de lui-même, faite de tous les modes de rapport qui ont constitué le devenir humain jusqu'à ce jour, a sa propre direction et son propre sens. Elle est en chacun de nous le désir cherchant à s'accomplir dans un mode de rapport qui ferait place à tout son être et livrerait tout son sens.

L'échec de la volonté de changer et de créer sa vie repose sur une conception de l'être qui n'est pas réelle et sur l'existence d'un pouvoir que nous n'avons que superficiellement.

Nous voulons toujours créer et changer nos vies pour le mieux. Il y a nécessairement une dimension narcissique et de dépossession dans cette démarche qui nie l'ambivalence fondamentale et le déterminisme de l'organisation de chacun.

Le risque d'être tout soi-même

Se recevoir, acte d'humanité par excellence, peut se situer à différents niveaux. On peut dire : « Je me reçois », « Je m'accepte comme je suis », « J'en suis arrivé à consentir à mes limites ». Nous avons tous ce genre d'expériences, qui s'accompagnent généralement d'une forme de regret de n'avoir pu faire autrement. Il est également possible, comme en psychanalyse par exemple, de se placer en situation de se permettre de recevoir tout ce qui émerge de soi, comme cela se présente à soi. Nous sommes alors à un autre niveau.

Il est possible d'aller encore plus loin et de se placer en situation de se recevoir dans la totalité de soi-même, faisant place à la vie comme elle est organisée en soi. C'est une position qui va au-delà du dilemme entre créer sa vie et la recevoir, en ce sens qu'elle fait momentanément disparaître tout fondement à ce qui amène à vouloir créer sa vie, vouloir qui s'enracine dans le non-reçu et le non-recevable de soi-même. En effet, la position prise de se recevoir dans sa globalité n'admet aucune discrimination. Il s'agit de se recevoir tel que la vie est organisée en soi, sans aucun *a priori* et sans aucun contrôle, avec toutes ses ambivalences.

Cette position prise fait entrer dans une expérience qui ouvre à toutes les dimensions de la vie. Celle-ci peut alors apparaître progressivement comme elle est organisée en soi, de façon unique et avec toutes ses ramifications. Se recevoir n'est pas un acte ponctuel. Il s'agit d'un processus ouvrant peu à peu sur toutes les dimensions de la vie et de l'être. C'est, si l'on veut, un acte à refaire à l'infini, à mesure que de nouvelles dimensions de soi s'ouvrent à celles de la vie et de l'être.

L'interdépendance

Le risque pris de s'ouvrir à la totalité de soi-même favorise une expérience de sa propre réalité très largement inaccessible autrement. Se recevoir dans sa globalité permet à la vie d'apparaître dans son interdépendance. Chacun se découvre comme un être qui vient des autres, de ses parents, de l'humanité, de la vie, de la matière, du cosmos. Un être qui, en se recevant dans l'immédiateté de son expérience, en se reconnaissant dans toutes ses origines, permet, rend possible à tous les autres et à toute chose d'être. Un être qui ne peut pas être sans *faire être*.

L'interdépendance constitutive de l'être humain ne devient une véritable expérience que dans le processus de se recevoir dans sa globalité. En se donnant accès à qui il est, à la vie comme elle est organisée en lui, avec toutes ses coupures, ses limites et ses détresses, l'être humain peut s'expérimenter et se découvrir au cœur de toute chose. Il peut également se découvrir dans tous ses rapports aux autres et à toute la réalité. Nous n'avons pas à chercher une fraternité entre nous, pas plus qu'avec la nature. Cette fraternité nous constitue. Mais elle est cachée derrière nos divisions et nos dichotomies intérieures : le non-reçu de nous-mêmes.

La paradoxalité

L'interdépendance constitutive de l'être montre et fonde le caractère paradoxal de la réalité humaine. Dans la position de se recevoir globalement, soudain il nous arrive de comprendre une phrase ou un texte connus depuis toujours sans qu'on en ait jamais saisi le sens profond. Une phrase apparemment banale, comme par exemple : « Si le grain ne meurt, il ne donne pas de fruit », se révèle l'expression d'une profonde vérité ontologique articulant le caractère paradoxal de la vie humaine. On comprend soudainement que la condition pour qu'on puisse s'ouvrir au sens profond de la vie est qu'on se reçoive dans tout ce qu'on refuse et camoufle de

soi. C'est à ce niveau d'expérience, où le caractère ambivalent et déterminé de la vie et de soi-même peut exister, qu'apparaît vraiment la paradoxalité.

Nous avons tous des expériences plus ou moins conscientes du caractère paradoxal de la vie. Il suffit de penser à certains moments difficiles qui surviennent dans des groupes de démarche ou de thérapie, où les gens s'accusent et s'interprètent les uns les autres. Règne alors un climat de colère. Chacun veut parler et personne ne trouve vraiment de place ni pour s'exprimer, ni pour entendre, ni pour être. Soudain, une personne se met à parler vraiment d'elle-même, sans se défendre ni accuser, et le climat du groupe est alors radicalement changé.

L'espace et le temps ne sont plus les mêmes. Cette même personne pourrait occuper tout le temps et chacun aurait le sentiment de l'avoir pour lui seul. Il y aurait 20 personnes de plus dans la salle, chacun se sentirait, avec tout son espace et tout son temps, impliqué au plus intime de lui-même. L'ouverture à soi-même, le fait de se recevoir un moment dans tout son être, donne au temps et à l'espace des dimensions infinies, alors que les coupures, les défenses et les refus de soi les rendent toujours insuffisants et insatisfaisants.

Se recevoir dans l'immédiat

Supposons, théoriquement, que nous faisons une expérience de cet ordre. Nous réfléchissons ensemble sur un même sujet. Je vous parle et vous réagissez intérieurement. Il y a autant de réactions qu'il y a d'individus. Nous pourrions nous mettre à discuter. Ce serait certes intéressant, mais nous pourrions aussi entrer dans des polémiques sans fin qui ne satisferaient personne et qui pourraient camoufler tout autre chose que le seul souci de la vérité.

Supposons, toujours théoriquement, que nous prenions le risque de consentir à nous-mêmes dans tout ce que nous sommes. J'en serais amené à consentir à ce que tout ce que je vous exprime parle de moi, de même que la façon que j'ai de

le dire. Il y aurait place en moi pour recevoir vos réactions. Je me laisserais déranger par elles, et cela me permettrait de m'ouvrir à des niveaux de compréhension et à des formulations autres. La connaissance, l'ouverture à de nouvelles manières de comprendre et de formuler sont conséquentes au risque d'être soi.

Il en serait de même pour vous. Chacun aurait à consentir à ce que tout ce qui se passe en lui lui appartienne, aussi bien ses réactions affectives et émotionnelles qu'intellectuelles. Au lieu de déclarer vrai ou faux quelque chose pour justifier ses réactions, chacun serait capable de dire simplement qu'il réagit personnellement ainsi, sans prendre position en fonction de ses réactions. Il serait alors possible d'engager, sur un thème d'une telle importance, une recherche qui serait au service non de nos peurs et de nos défenses, mais de l'être et de la vérité. Du sens.

Se recevoir : un processus, une recherche

Si cette expérience était tentée réellement, nous ferions la découverte que cette position de tout recevoir ce qui se passe en soi comme nous appartenant n'est jamais acquise. Il y a toujours à refaire le chemin, à l'occasion de nouveaux vécus éveillés en soi par les autres et par la réalité qui nous entoure. Il s'agit d'une attitude à prendre, d'un processus à enclencher qui ouvre sur des dimensions sans limites de sa vie. Se recevoir dans tout son être est une position de recherche impliquant avant tout le chercheur, le ramenant sans cesse à l'exigence de consentir à chaque instant au risque d'être soi. Il s'ensuit une possibilité de recevoir et de connaître plus justement soi-même, les autres et tous les aspects de la réalité.

Un mode de rapport englobant toute la vie

Les options de créer sa vie ou de la recevoir sont profondément liées au mode de rapport que l'on a à la vie. Moins

quelqu'un recevra sa vie, plus il la créera en dehors de ce qu'il est, plus il risquera de prendre des positions qui, en excluant des parties de lui-même, limiteront d'autant son rapport aux autres et au réel. La position de se recevoir globalement dans tout ce qui se passe en soi-même à l'occasion des autres ferait toute leur place et à soi-même et aux autres. Recevoir vraiment les autres, leur faire une place réelle, implique avant tout de se recevoir soi-même.

Alors seulement est-il possible d'échapper à tout faux-semblant, à tout paternalisme, afin de faire toute sa place à la vie, au vécu de l'autre tel qu'il est vraiment. Se recevoir soi-même dans tout son être ne veut pas nécessairement dire être conscient de tout, mais plutôt laisser être et recevoir tout ce qui ici et maintenant émerge de soi. Il n'y a à cet instant plus rien de soi à protéger et, par le fait même, à refuser de l'autre. Le rapport au réel et au sens s'ouvre à toutes les dimensions de soi et des autres.

Le processus d'hominisation

Prendre cette position de se recevoir globalement engage un processus sans fin d'ouverture à soi qui va toucher et rejoindre, selon un rythme propre à chacun, toutes les dimensions de sa vie et de la vie. Le mouvement intérieur laisse peu à peu surgir des aspects jusque-là interdits, protégés par des culpabilités, des négations, des défenses. C'est tout le rapport à la civilisation, aux institutions de tous ordres qui est ainsi touché, à travers l'accès à nos vies profondes, et donc tout le processus d'hominisation constituant nos êtres.

Prendre le risque d'être tout soi-même, c'est dans le même mouvement s'ouvrir à tous les modes de rapport vécus tout au long de ce processus. C'est se placer, en quelque sorte, au terme du devenir et laisser notre réalité nous dire d'où elle vient et où elle va. L'être humain émerge de la matière et de la vie animale comme un pur projet à devenir. Il s'est développé en se projetant à l'extérieur. Il s'est progressivement créé des institutions qui sont devenues ses lieux

d'aliénation intérieure, d'asservissement, mais aussi d'apprentissage d'humanité. Il s'est ainsi colonisé lui-même à partir de ses propres créations et institutions : mythologies, religions... Et, ce faisant, il s'est humanisé, mais au prix de son institutionnalisation, dépossédé jusqu'au fond de lui-même par cet espace civilisateur qu'il s'est inventé pour devenir.

Nous trouvons là, il me semble, le fondement et l'origine de toutes les dichotomies présentes dans notre être et notre pensée : il y a nous et il y a les autres, les bons et les mauvais, le bien et le mal, le corps et l'âme, l'esprit et la psyché. Les coupures, les défenses, les difficultés d'être et de vivre ne remontent pas seulement à la détresse et au manque de nos parents. Elles s'enracinent, par générations interposées, dans l'histoire de l'humanité et du processus d'hominisation, dont nous sommes chacun le résumé et le point d'arrivée.

Nous nous découvrons matière, corps, lentement institutionnalisés et transformés, tirillés entre des croyances et des systèmes de pensée, dans un large espace à la fois humanisant et dépossédant. Le corps en dehors du corps. Nous payons un lourd tribut à des valeurs, des êtres, des institutions que nous avons inventés pour devenir. Le processus d'hominisation n'a pu s'enclencher et parvenir jusqu'à nous qu'à travers ces créations, cette dépossession de nous-mêmes.

Le mode de rapport que constitue le fait de se recevoir dans la totalité de soi-même introduit une expérience à l'inverse du processus d'hominisation. Lentement, à mesure que se laisse rejoindre en soi la vie comme elle est, avec ses interdits, ses culpabilités, ses hontes, ses normes reçues, un processus de désinstitutionnalisation s'engage. Il devient alors de plus en plus possible d'occuper son espace intérieur et de récupérer son être à travers tout l'espace civilisateur. Peu à peu, les dichotomies s'estompent. Il n'y a plus que le corps, organisation de rapports et du rapport. Le corps tel qu'il est devenu, porteur de toute l'histoire de l'humanité et de sa propre histoire. Le corps humain, mais reçu, unifié, faisant apparaître son interdépendance et son caractère paradoxal.

Le corps spirituel

Quand le corps humain aura récupéré tout son être, éparpillé à travers le temps et l'espace humains, il n'y aura plus que le corps, qui est infiniment plus que le corps. Plus ce corps existe, plus il se découvre interrelié à tout le processus d'humanisation, à tous les autres, à tous les espaces et à tous les temps. C'est le corps sans limites, les ayant toutes reçues comme éléments constitutifs. Un corps d'autant plus spirituel que pleinement corporel. C'est la matière qui à travers l'humanité se spiritualise en transcendant toutes ses limites, dans l'acte éminemment humain de se recevoir.

Recevoir sa vie, à ce niveau d'être, est identique à la donner : *être ne peut que faire être*, et le processus se continue à l'infini. Alors seulement apparaissent les liens d'interdépendance qui unissent les humains entre eux et avec la nature et le cosmos. L'humanité, et par elle la matière, semble tendre de toutes ses forces à cet acte de se recevoir totalement pour résoudre les problèmes de sa finitude : la faim dans le monde, la violence, les inégalités, la maladie, la folie, la mort.

Il paraît impossible de résoudre ni même de comprendre intellectuellement, en dehors de l'interdépendance et de la paradoxalité, certains problèmes que nous pose la réalité humaine : l'égalité et les différences entre les humains, l'espace et le temps reliés à la finitude et à l'infinitude, le déterminisme et la liberté, le rapport à la nature et à l'écologie, et bien d'autres encore. Même si nous ne pouvons ici qu'effleurer ces problèmes, il importe d'en parler brièvement.

Semblables et différents

On sait la lutte menée par les humains au cours de l'histoire, à toutes sortes de niveaux, pour affirmer leur égalité. Cette lutte d'ailleurs se poursuivra encore longtemps. Elle pourra même continuer indéfiniment, car il n'est pas seulement vrai que tous les humains sont égaux, il est tout aussi

vrai qu'ils sont différents et que leurs différences sont aussi nombreuses qu'il y a d'individus. Une croisade en faveur de la reconnaissance du caractère unique de chaque humain pourrait être également très importante. Faire à la fois toute sa place au caractère essentiel de l'égalité des humains entre eux, tout en respectant tout ce qui les différencie, est une tâche irréalisable dans un monde de causalité, de défenses, de coupures et de non-reçu.

Ce n'est que dans l'expérience de se recevoir dans tout son être, dans l'interdépendance et la paradoxalité, qu'il devient possible de résoudre ce dilemme. Plus quelqu'un se reçoit dans ses différences, dans les dimensions les plus intimes de son être, plus il est susceptible de rejoindre les autres dans ce qui leur est le plus particulier. Si bien qu'à ce niveau d'expérience, ce qui différencie les humains est cela qui les rend davantage égaux, d'autant plus égaux que différents. On pourrait même dire que les humains trouvent d'autant plus leur égalité qu'ils osent recevoir leur différence.

Les finitudes humaines

Le caractère paradoxal de l'être humain, et par lui de toutes choses, permet de regarder d'un autre œil, sous un autre angle, toutes les limites qui nous confrontent : l'espace, le temps, la mort. Il ne s'agit en aucune façon d'esquiver ni de nier ces limites, mais bien d'en faire l'expérience dans un autre cadre de référence.

Le temps et l'espace tels que nous les expérimentons jour après jour ont pris leur origine dans nos coupures et dans nos divisions intérieures. Préoccupés du passé et projetés dans l'avenir, nous ne sommes jamais tout à fait là, dans l'instant présent, si bien que la vie s'échappe dans des limites toujours placées à l'extérieur. Dans un univers d'avoir et de pouvoir, les questions que nous posons à partir de cette expérience dichotomique de nous-mêmes ne peuvent apporter que des réponses insatisfaisantes pour l'esprit.

Dans le risque de se recevoir globalement, la question se pose à partir d'une autre perspective : celle de l'être, celle des limites de l'espace et du temps reçus, celle de la mort transcendée dans un acte de vivant. L'expérience de consentir à tout son être donne des dimensions infinies au fait d'être là, dans l'ici et le maintenant de la présence à soi, et ce sont tous les espaces et tous les temps qui sont là, au même moment. Consentir à être, c'est donc transcender tout espace et tout temps, se découvrir contemporain de tout, en interdépendance avec tous et toutes choses.

L'expérience de se recevoir dans tous ses déterminismes est le passage à l'être actualisant tout espace et tout temps, le passage donc, d'une certaine manière, à l'éternité. Les questions sur l'après ne peuvent plus avoir de sens. Il s'agit de consentir à être là, dans le processus jamais terminé de se recevoir. Le caractère paradoxal et spirituel de la matière et du corps se dévoile : à mesure que l'on prend le risque d'être, dans le concret de l'ici et du maintenant, on transcende les limites d'espace et de temps.

La liberté humaine

Comme le corps, la liberté humaine est un projet intimement lié au fait de se recevoir. Chez certains, elle a plus d'ampleur : chez d'autres, elle est à peu près inexistante. Les coupures, les dichotomies, tout ce qui de nous n'est pas reçu exerce une contrainte. Notre perception du réel s'en trouve atteinte parfois jusqu'à l'aliénation complète.

La liberté ne peut être qu'une conquête. Elle ne trouvera toute sa dimension que dans le consentement à recevoir tous les déterminismes qui nous constituent. N'étant plus au service de vulnérabilités à protéger, elle pourrait ouvrir la vie à promouvoir dans toutes ses dimensions. Nous sommes d'autant plus libres que nous prenons le risque de recevoir nos déterminismes et nos vulnérabilités les plus intimes. Tel est le caractère paradoxal de la liberté.

L'écologie

Le rapport à soi-même et aux autres est le même que le rapport à la nature. Tout ce qui n'est pas reçu de soi, de son être, de son organisation de désir crée le manque et plonge dans l'insatiable besoin. C'est là que s'enracinent la compensation jamais satisfaisante, la consommation à outrance, l'avoir et le pouvoir. Il ne peut en être autrement. Pour redécouvrir son appartenance à la nature, chacun n'a d'autre choix que de se recevoir comme corps organisé par tout le processus d'hominisation.

Conclusion : créer ou recevoir sa vie

En un sens, créer sa vie, l'inventer, c'est le temps et l'espace auxquels il faut consentir pour s'habituer à la recevoir, même si nous ne sommes jamais qu'une oeuvre inachevée que les générations à venir auront à reprendre comme leur.

Pour que diminue lentement le poids du processus de psychotisation, pour accélérer le processus d'hominisation et explorer sans fin le sens et le paradoxal de l'aventure humaine, se recevoir est le chemin.