



Des pages...



Sartre et la Gestalt

Anne GINGER

Psychologue,
psychothérapeute
didacticienne, fondatrice de
l'École Parisienne de Gestalt,
co-auteur de La Gestalt, une
thérapie de contact.

Très attentive aux travaux de Sartre depuis les années 50, à travers ses conférences, ses écrits et ceux de Simone de Beauvoir, j'avais été frappée et émue en découvrant, dans une interview donnée à *L'Arc* en octobre 1966, cette phrase, si liée à notre recherche gestaltiste :

«En tant qu'interrogation sur la praxis, la philosophie est en même temps une interrogation sur l'homme... L'essentiel n'est pas ce qu'on a fait de l'homme, mais ce qu'il fait de ce qu'on a fait de lui. Ce qu'on a fait de l'homme, ce sont les structures, les ensembles signifiants qu'étudient les sciences humaines. Ce qu'il fait, c'est l'histoire elle-même... La philosophie se situe à la charnière.»

Cette phrase, légèrement transformée pour l'adapter à la psychothérapie, nous l'avons évoquée dès nos premières publications sur la Gestalt, en 1983 ⁽¹⁾. Elle a depuis été maintes fois citée dans des conférences et écrits de divers Gestaltistes, tant elle traduit une de nos convictions fondamentales.

1 - Honoré Bernard et al. (1983) : Former à l'Hôpital. Privat, Toulouse. ch. 9 : La Gestalt, par Ginger (p. 281).

Pourquoi en rester là ? Alors que si souvent, à travers la lecture de Sartre, on peut retrouver çà et là, des éléments communs à la pensée gestaltiste.

Pour nourrir notre réflexion sur cette parenté étroite entre l'existentialisme et la Gestalt, voici quelques citations de Sartre, choisies dans *L'existentialisme est un humanisme* (1946) et dans *Carnets d'une drôle de guerre* (1940).

Rappelons que Perls a rédigé son premier livre *Le Moi, la Faim et l'Agressivité*, en 1941, en Afrique du Sud — publié sur place en 1942, puis à Londres, en 1947.

Les citations suivantes ont une saveur " Gestalt " bien reconnaissable : elles nous parlent de thèmes qui nous sont familiers : responsabilité, liberté, créativité ; choix, action, engagement ; "isme" du présent ; intersubjectivité, interdépendance, contact ; formes prégnantes, recherche de sens.

Ces similitudes ne sont pas surprenantes si on les replace dans cette époque foisonnante, passionnée et passionnante ⁽²⁾, marquée par la Deuxième Guerre mondiale.

Existentialistes et Gestaltistes, mais aussi tant d'autres philosophes, psychanalystes, structuralistes, sociologues, ethnologues contemporains (parmi lesquels, Merleau-Ponty, Karen Horney, Eric From, Levi-Strauss, Margaret Mead, Gregory Bateson, etc.) s'exprimaient alors, avec autorité, à contre-courant des connaissances et des valeurs de leurs prédécesseurs. Ils se «sont influencés mutuellement, avec de nombreux effets de *feed-back*. On pourrait parler plutôt d'un bain idéologique.» ⁽³⁾

Selon l'analyse de Noël Salathé, «une révolte se fait jour contre le réductionnisme appliqué à la conception de l'homme et, en fait, à l'ensemble des sciences humaines, contre la réification du matériau humain que représente l'héritage du Scientisme triomphaliste, prévalant depuis le milieu du XIXe siècle.» ⁽⁴⁾

2 - Peyron-Ginger Anne (1992). Pour un Psychodrame gestaltiste. *Doc. EPG. n° 8* (p. 20-21).

3 - Ginger Serge et Anne (1987). *La Gestalt, une thérapie du contact. Hommes et Groupes, Paris* 5e édition 1995 (p. 66).

4 - Salathé Noël (1990). *Psychothérapie existentielle. Une perspective gestaltiste. Amers, Genève.* (p. 7).

Voici donc quelques extraits de *L'existentialisme est un humanisme*, de Jean-Paul Sartre (1946). Nouvelle édition : Gallimard, Folio, 1996.

Mettre tout homme en possession de ce qu'il est et faire reposer sur lui la responsabilité totale de son existence (p. 31).

L'homme n'est rien d'autre que ce qu'il se fait (p. 30).

L'homme est libre ; l'homme est liberté [...]. L'homme est condamné à être libre (p. 39).

L'homme déchiffre lui-même le signe, comme il lui plaît. [...]. L'homme est condamné, à chaque instant, à inventer l'homme (p. 40).

Vous êtes libre, choisissez, c'est-à-dire inventez (p. 46).

Cette pensée dispose les gens à comprendre que seule compte la réalité, que les rêves, les attentes, les espoirs permettent seulement de définir un homme comme rêve déçu, comme espoirs avortés, comme attentes inutiles, c'est-à-dire que ça les définit en négatif et non en positif (p.53).

Il n'y a pas de doctrine plus optimiste, puisque le destin de l'homme est en lui-même [...]. Nous avons affaire à une morale d'action et d'engagement (p. 56).

Pour obtenir une vérité quelconque sur moi, il faut que je passe par l'autre. L'autre est indispensable à mon existence, aussi bien, d'ailleurs, qu'à la connaissance que j'ai de moi. [...]. Ainsi découvrons-nous tout de suite un monde que nous appellerons l'intersubjectivité (p. 59).

Le choix est possible dans un sens, mais ce qui n'est pas possible, c'est de ne pas choisir. Je peux toujours choisir, mais je dois savoir que si je ne choisis pas, je choisis encore (p. 63).

Nous ne définissons l'homme que par rapport à un engagement (p. 67).

Avant que vous ne viviez, la vie, elle, n'est rien. Mais c'est à vous de lui donner un sens. La valeur n'est pas autre chose que ce sens que vous choisissez. Par là vous voyez qu'il y a possibilité de créer une communauté humaine (p. 74).

Si nous avons défini la situation de l'homme comme un choix libre, sans excuses et sans secours, tout homme qui se réfugie derrière l'excuse de ses passions, tout homme qui invente un déterminisme est un homme de mauvaise foi (p. 68).

Certes, la liberté comme définition de l'homme ne dépend pas d'autrui, mais dès qu'il y a engagement, je suis obligé de vouloir, en même temps que ma liberté, la liberté des autres (p. 70).

La doctrine que je vous présente est justement à l'opposé du quiétisme, puisqu'elle déclare : il n'y a de réalité que dans l'action. Elle va plus loin, d'ailleurs, puisqu'elle ajoute : l'homme n'est rien d'autre que son projet, il n'existe que dans la mesure où il se réalise, il n'est donc rien d'autre que l'ensemble de ses actes, rien d'autre que sa vie. D'après cela, nous pouvons comprendre pourquoi notre doctrine fait horreur à un certain nombre de gens. Car souvent ils n'ont qu'une seule manière de supporter leur misère, c'est de penser : " Les circonstances ont été contre moi ; je valais beaucoup mieux que ce que j'ai été. (p. 51).

On lit aussi dans *Carnets de la drôle de guerre* (sept. 1939-mars 40). Nouvelle édition : Paris, Gallimard, 1995 ⁽⁵⁾ :

Je voudrais montrer sur une analyse précise la nécessité irréductible où nous sommes de recourir à cette idée de néant et je prendrai par exemple l'idée de contact. Je veux

5 - Je tiens à remercier mon collègue et ami Francis Vanoye d'avoir attiré mon attention sur ce X^{le} Carnet.

montrer que cette idée si simple en apparence “ la table est en contact avec le mur ” renvoie nécessairement à l’être-dans-le-monde et au Néant. [...]. Lorsqu’en effet je dis de la table qu’elle touche le mur, je ne saurais vouloir entendre qu’elle est à côté du mur, même le plus près possible de lui, même séparée par une distance infinitésimale. J’entends par contact un rapport intime d’être entre les deux objets (p. 400).

Le contact n’est pas fusion. Me voilà donc renvoyé à l’idée d’une distance qui, si petite soit-elle, sépare du moins les deux objets. Mais, à ce moment, l’idée de contact s’évanouit. C’est qu’en effet si j’essaie de saisir ce qu’elle exige, je vois qu’il faut, pour qu’il y ait contact entre les deux individualités, qu’elles soient l’une pour l’autre sans distance en un point au moins de leur superficie et que pourtant elles soient séparées (p. 401).

C’est l’individualité de la forme prégnante qui préserve le contact de s’achever en fusion (p. 401).

La conscience est en contact avec le monde. Considérée sur ce plan, la notion de contact devient claire. [...]. Ainsi, le rapport du monde à la conscience est-il un rapport de contact. Le monde existe pour la conscience en tant qu’il est concrètement et singulièrement ce qu’elle n’est pas (p. 402).

Puissent ces quelques lignes nous inciter à lire ou relire les œuvres des existentialistes.

«Ce que nous faisons, disait Laura Perls, je voulais l’appeler “thérapie existentielle”, mais à l’époque, le terme “existentialisme” était associé à Sartre et évoquait une certaine attitude nihiliste.»⁽⁶⁾

Ces idées — révolutionnaires il y a 50 ans — restent étrangement actuelles à l’aube du Troisième Millénaire.

6 - Perls Laura (1984) :
entretien avec Daniel
Rosenblatt, in Vivre à la
frontière (1993).

