

Sur l'air du temps

Francis VANOYE

Professeur à l'Université de
Paris 10 (cinéma et littérature)
psychosociologue,
Gestalt-praticien

*Le texte qui suit reprend, en le modifiant et en le
condensant quelque peu, un exposé oral,
«A bâtons rompus» présenté lors des journées d'études
de la Société Française de Gestalt, en mars 2000.*

Au fond la question qui devrait tous nous occuper, clients, formateurs et thérapeutes, se formule très simplement : *"Est-ce que la Gestalt nous aide à vivre?"*.

Bien entendu, on peut contourner cette question en racontant sa vie, ou : "comment la Gestalt m'a aidé à vivre"... Témoignages et récits de vie ont leur prix. J'avoue que ce qui me requiert aujourd'hui, plus que le passé, c'est l'air du temps, ce que je peux humer de notre environnement actuel, ce qui m'en parvient par des images, des textes, des propos, des rencontres, ce que j'en vis par l'expérience. Peut-être parce que mon passé de gestaltiste n'a pour moi rien d'historique, au sens fort et noble du terme : je ne suis ni un "Grand-père" ni un "Père", tout juste un frère aîné ! Je sais bien que j'ai une histoire personnelle avec la Gestalt, et que cette histoire s'inscrit dans un mouvement collectif (fût-il microcosmique), mais aujourd'hui c'est ce que je peux faire avec et de la Gestalt dans le présent, ou ce que la Gestalt peut m'aider à faire du présent, qui m'intéresse, sans doute parce que je n'ai pas trop de temps à perdre.

«Il y a un âge où on ne rencontre plus la vie mais le temps. On cesse de voir la vie vivre. On voit le temps qui est en train de dévorer la vie toute crue. Alors le cœur se serre. On se tient à des morceaux de bois pour voir encore un peu le spectacle qui saigne d'un bout à l'autre du monde et pour ne pas y tomber.»

Pour paraphraser ces belles lignes de Pascal Quignard, extraites de *Terrasse à Rome*, s'il me semble rencontrer encore un peu la vie, je vois parfois l'air du temps la dévorer toute crue, et je ne parle pas seulement de la mienne. Et je me demande alors si la Gestalt n'est qu'un morceau de bois, ou un peu plus que cela, et comment elle m'accompagne dans l'air du temps.

De cet air du temps je ne saisis que des bribes, ce qui me conduira à ne partager ici que des bribes de réflexion. Mais cela est peut-être déjà caractéristique de l'air du temps contemporain, réfléchir par bribes, saisir des bribes de vie, vivre par bribes des événements, des sentiments, des émotions. La bribe, ce n'est même pas un fragment, lequel suppose l'existence d'un tout dont il est une partie prélevée ou retrouvée et dont il peut donner l'idée ou la nostalgie : *Fragments d'un discours amoureux...* Alors que la bribe s'offre comme ce qu'on peut saisir au passage d'un ensemble irrémédiablement démembré, dispersé, inatteignable. Et l'ensemble des bribes forme comme la bande-annonce d'un film qui n'existe pas, pour reprendre la comparaison qui servit naguère à définir l'esthétique du clip.

Le plus marquant, pour moi, dans l'air du temps contemporain, ce qui, pour une part en tout cas, me semble engendrer cette impression de vie éclatée que beaucoup disent ressentir est l'extraordinaire écart entre l'ouverture croissante du champ des possibles - ouverture réelle ou imaginaire, c'est à voir, mais ouverture touchant bien des domaines : relationnels, culturels, techniques, scientifiques... et le sentiment d'une restriction tout aussi croissante du champ des possibles et de la liberté d'être. D'un côté, prolifération des biens, des loisirs, des moyens d'accès au monde, de l'autre, crispations, repliements, mises en garde, injonctions. Le gestaltiste enclin à envisager la thérapie comme, entre autre, moyen de permettre au sujet d'élargir son champ

d'action, de réflexion, de décision s'aperçoit qu'aujourd'hui ses clients sont moins exposés à l'angoisse et à la responsabilité des choix qu'aux découvertes de nouvelles contraintes, à la déception voire à la répression.

Dans le domaine de la santé, les avancées scientifiques sont indéniables (et quasi quotidiennes). Elles ouvrent à d'extraordinaires possibilités de lutte contre les maladies, les maux du vieillissement, les troubles psychiques. Un chercheur a pu dire (dans un numéro du *Monde* que j'ai hélas égaré) que la mort n'apparaissait plus comme une nécessité biologique... Et les déclarations vont bon train concernant l'éradication de certaines maladies, l'allongement de la durée de la vie humaine, sans parler du clonage et de la reproduction de soi ! Mais, simultanément de nouveaux modes d'assujettissement et de contrôle surgissent, ne serait-ce que parce que la maladie coûte cher aux sociétés. Plus on en sait sur les méfaits du tabac et moins on a le droit de fumer. Plus on a le pouvoir de rester jeune et moins on a le droit de vieillir. Et il n'est pas non plus facile de prendre définitivement congé quand on a tant de moyens de vous ancrer à la vie.

La médicalisation galopante du traitement des "dysfonctionnements" psychiques et comportementaux relève du même processus. Un enfant normalement actif a vite fait de recevoir sa dose de psychotropes (du moins aux Etats-Unis). Elisabeth Roudinesco rappelle, dans *Pourquoi la psychanalyse ?*, à propos de la recherche effrénée de la suppression pure et simple des troubles psychiques, le malentendu ayant conduit, aux Etats-Unis, à vouloir faire de la psychanalyse une technique de soins efficaces l'ayant orientée vers le pragmatisme. Aujourd'hui le pragmatisme est du côté des techniques comportementalistes, de la chimie et des manipulations génétiques. Roudinesco a beau jeu de signaler qu'à côté de l'éradication (effective ou supposée) de certaines affections on assiste à la résurgence d'anciens maux (la tuberculose) ou à l'apparition de nouveaux fléaux : la mort demeure, jusqu'à nouvel ordre, une réalité quotidiennement observable. De même, la rationalisation systéma-

tique et la tendance à simplifier la description des pathologies (E.Roudinesco se réfère à la dernière édition du DSMIII) n'enlèvent rien à la complexité de fait des processus psychiques. La psychanalyse se présenterait donc encore et toujours comme une alternative à ces saisies réductrices des pressions existentielles, à cette sorte de dépossession du fonctionnement du corps et de la psyché dont nous sommes les objets.

Il me semble que la Gestalt-thérapie doit aussi se situer dans ce contexte (qui est aussi celui d'une lutte pour le marché de la santé...), d'autant plus que le pragmatisme affecte davantage ses origines que celles de la psychanalyse. Ce sont les formes et les visées de ce pragmatisme qui sont à redéfinir, face aux demandes des individus, face à celles de la société (convergent-elles nécessairement ?). A cet égard, jamais le contact et l'émotion, comme mouvements, ne m'ont paru aussi centraux dans le travail gestaltiste, en tant qu'ils s'opposent radicalement et se confrontent sans relâche à toute programmation, qu'elle soit neuro-linguistique, chimique ou même génétique. Lutte inégale, peut-être, mais qui vaut bien d'être menée.

Toujours dans *Pourquoi la psychanalyse?*, E. Roudinesco considère que les patients des années 90 sont conformes à la "société dépressive" où ils vivent : ils sont atteints de troubles narcissiques et dépressifs, de symptômes de perte d'identité et ressentent une perte générale d'énergie, la discontinuité dans leurs activités, la solitude. Je verrais volontiers dans tout cela l'effet d'une autre contradiction de l'air du temps.

On a, depuis quelques temps déjà, constaté la perte d'aura, et, partant, d'efficiences des "grands récits", qu'ils soient philosophiques, religieux ou politiques. Qu'il s'agisse de la dictature du prolétariat, du jugement dernier et de la résurrection des corps ou des grands systèmes métaphysiques et moraux, nul ne se sent vraiment pris dans le courant de ces fresques mythologiques où tout et tous trouvent un rôle et une place et où l'on peut être tout à la fois récepteur, narrateur et acteur du récit. Les "grands récits", comme le rappelle Jean-Marie Schaeffer dans *Pourquoi la fiction ?*, ne sont pas des fictions : ils sont "sérieux",

ne relèvent **pas** du “comme si”, de la feintise partagée, mais bien de la croyance (ou de la foi) se projetant vers le passé et vers le futur.

Or, la dévaluation des grands récits va de pair avec l’inflation des récits individuels et personnels. Ces micro-récits sont légion. Ils se manifestent aussi bien en psychothérapie que sur toutes sortes de supports : écrit, cinéma, video, télévision, radio, téléphones portables, sites Internet. La perte de croyance dans les grands récits n’a d’égal que l’encouragement à la production et à l’exhibition des micro-récits intimes censés consolider voire construire une identité problématique, fonder le développement personnel sur une histoire singulière. Mais ces récits personnels se confrontent à ce que j’appellerai des récits “moyens” (parce qu’ils ne sont pas “grands” mais possèdent une dimension collective), parfois appelés “scénarios”, sans doute pour faire moderne, cinéma, mais peut-être aussi pour désigner leur caractère mixte, à la fois réaliste, plausible, fondé sur du réel, et conjectural, hypothétique, aléatoire. Ces récits entremêlent le rationnel et le prophétique, ils sont dignes de foi mais non fiables : scénario climatique du réchauffement de la planète, scénarios médicaux de la virilité indéfiniment préservée, de l’allongement de la durée de vie ou des victoires génétiques sur les maladies, scénario économique de l’expansion des marchés en ligne (ou du prochain krach boursier), scénario politique de l’avenir des pays africains, scénario technologique du portable à tout faire, etc. Euphoriques ou catastrophiques, ces récits sont retors ; ils nous mettent tout à la fois en situation de responsabilité et d’impuissance.

Exemplaire à cet égard est le récent film de Laurent Cantet, *Ressources humaines*. On y voit un jeune futur cadre frais émoulu de son école se prendre au jeu de sa biographie de fils d’ouvrier en pleine ascension sociale, rêvant de réconcilier travailleurs et patrons grâce aux 35 heures. Il est vite rattrapé par le scénario économique des licenciements et des restructurations qui mettront son propre père sur la touche. C’est ce scénario que fustige Viviane Forrester dans *L’horreur économique* ou *Une étrange dictature*, celui de l’“ultra-libéralisme” et de la

“globalisation”, présentés selon elle comme des fatalités alors qu’ils ne sont que des récits ayant «*le don de persuader sans faire intervenir le discours.*»

«*Voilà bien l'imposture ! Car si la réalité de la globalisation, phénomène historique, est irréversible, puisqu'elle résulte du déroulement d'un passé non modifiable, ses potentialités ne sont pas figées dans un constat du passé ; son avenir est, lui, tout à fait modifiable, et dépend des diverses dynamiques, des différents projets aptes à la mobiliser, mais surtout de la gamme variée des politiques susceptibles de la gérer.*»

(Extrait de *Une étrange dictature*, cité dans *Le Monde* du 22 février 2000, p.15).

Les récits moyens s'appuient sur du réel puis extrapolent et figent le déroulement de l'histoire, interdisant au récepteur (qui ne sera jamais narrateur) d'occuper, en tant qu'acteur, une place autre que celle qui lui est fixée. Ils n'en appellent pas à la croyance ou à la foi mais à la nécessité objective du déroulement du récit. La consistance des récits individuels se brise au contact des récits moyens, dont on ne savait pas qu'on en était les “héros”.

Les représentations du monde véhiculées par les médias ne cessent d'en appeler à notre responsabilité, donc de nous assigner un rôle, qu'il s'agisse des méfaits du tabac, des accidents de la route, des abus sexuels, des problèmes des cités, du Kosovo ou de l'Afrique. Les réactions souvent immédiates montrent que les individus ont besoin d'avoir au moins l'illusion de participer à ces aventures, mais le dérisoire de leurs actions fait vite retour. De quoi être dépressif, ou se replier sur des positions narcissiques.

Le psychanalyste François Roustang, naguère saisi par l'hypnose, ce qui n'était déjà pas très orthodoxe, vient de publier un livre intitulé *La fin de la plainte*. Selon le compte-rendu qu'en proposait Roger-Pol Droit dans *Le Monde* du 4 février 2000, Roustang y prône que «*le thérapeute devrait à chaque fois oublier tout ce qu'il sait et demeurer simplement dans l'absolue vigilance à ce qui s'offre (...) la thérapie est finalement, à tous les sens, une affaire de tact.*» De tact à contact...

On se prend à rêver. Voici qu'un psychanalyste propose de cesser de gémir sur le passé, sur son "enfance recuite", son supposé destin, et d'être simplement là (*Being There*, c'était le titre anglais d'un film touchant de Hal Ashby avec Peter Sellers : *Bienvenue Mister Chance*, 1980), pour retrouver le réel, sentir seulement, s'abandonner à l'immédiat de la présence.

Tout cela fleure bon l'orientalisme. Je pense aussi au très beau livre de François Jullien, *Un sage est sans idée*, où sont confrontées la philosophie et la sagesse, celle-là tentant sans relâche d'insérer le réel dans un système de compréhension, celle-ci cherchant à exclure tout parti-pris sur la réalité, restant en contact avec ce qui est sans se braquer sur la recherche d'une quelconque vérité.

Renoncer à la plainte, renoncer à la vérité, être là...

Est-ce une manière de résister à ce que transporte l'air du temps ?... à savoir le déchaînement de la sauvagerie, l'impuissance politique et sociale face aux massacres, aux viols de droits de l'homme, aux manipulations économiques, aux malversations financières, à la dégradation de l'environnement, au cynisme social, aux triomphes de l'inculture... La thérapie, comme la sagesse, constitueraient-elles des bulles d'existence, en soi, pour soi ? des expériences protégées de la jouissance d'être et d'exister ? S'agit-il de se protéger de l'Histoire, passée et présente, en train de se faire, de réitérer ce refoulement de l'histoire qu'opérait, selon Vincent Miller, la Gestalt-thérapie ?

Ici, c'est la notion de champ qui me paraît capitale. L'élaboration du récit individuel est une nécessité, un passage obligé, mais il risque de réduire le processus thérapeutique au domaine de l'intra-psychique voire à la "gonflette du moi", à moins que ce ne soit au détachement suprême. La pratique de la Gestalt-thérapie invite rapidement à s'interroger sur la manière d'envisager l'environnement, sur les arrière-plans de l'expérience ainsi que sur la notion de "fond" : je renvoie à ce propos aux articles de Selma Ciornai et Jean-Marie Delacroix dans le numéro 5 des *Cahiers de Gestalt-thérapie*, "Plain-champ" et j'associe simplement ces remarques avec ce qui me semble une autre contradiction de l'air du temps et qui concerne le métissage.

La presse et les médias se font les chantres du métissage culturel, restant généralement plus discrets sur celui des races. Mais le métissage apparaît bien, au même titre que la globalisation, comme un processus irréversible, touchant les populations qu'elles le veulent ou non, et engendrant ainsi des souffrances et des difficultés identitaires. Il n'est que de lire quelques romans "beurs", par exemple, pour s'en convaincre : *Le Gône du Chaaba* d'Azouz Begag, *Le thé au harem d'Archi Ahmed* de Mehdi Cherif ou *Vivre me tue* de Paul Smaïl. L'apologie systématique du métissage pourrait bien occulter la contrainte de fait qu'il représente pour beaucoup ainsi que les problèmes qu'engendre la confusion des origines : récit "moyen" que maintes histoires individuelles ont à intégrer.

Les thérapies sont également touchées par le métissage. Les psychanalystes s'ouvrent à d'autres thérapies, observe E. Roudinesco (Roustang n'est pas seul de son espèce), et occupent souvent des fonctions très pragmatiques dans des institutions ou des services de santé. La Gestalt-thérapie, de même : elle serait "plurielle", selon certains. Mais comment se reconnaître quand on ne sait plus ce qu'on est ? En revenant à l'Histoire, en prenant la mesure de ce que nous avons été pour choisir de persister et/ou de changer. Le remaniement identitaire de la Gestalt semble nécessaire à un moment où il s'agit de passer d'une reconnaissance microcosmique, et somme toute encore assez "tribale", à une implantation européenne dans le champ (et le marché) des psychothérapies. Mais, peut-il se faire sans examen précis de son histoire ?

Je voudrais terminer ces réflexions avec Julien Gracq. Ce n'est pas un écrivain dans l'air du temps, il refuse obstinément de paraître à la télévision, est avare de ses propos et plus encore de son image. Pourtant sa présence, même diffuse, reste insistante, dans la sphère culturelle. Le 5 février 2000, il offrait un texte inédit au *Monde*. On pouvait y lire ceci :

«Ainsi va la "vérité" que dispense l'art, non pas opposable à l'erreur, mais plutôt à l'indistinct, au labile, à l'informe - condensation précaire, aux contours inflexibles (comme l'est le cristal

d'un élément dont l'état le plus habituel, et le seul réellement fréquentable, est la fusion, l'amalgame, l'oxydation, l'entrée en combinaison et la mixité).»

L'air du temps, ce à quoi on se confronte aujourd'hui quotidiennement, est précisément de l'ordre du labile, de l'informe, de l'entrée en combinaison, de la mixité, qu'il s'agisse du travail, de la famille, des engagements affectifs et amoureux ou de l'appréhension des événements sociaux et politiques. Dans cette perspective, la Gestalt, à l'instar de l'art selon Gracq, me paraît particulièrement apte à être le «garant (...) de la nature à la fois authentique et perpétuellement transitive de la réalité», à opérer la cristallisation des éléments de la réalité, sans que cette cristallisation constitue la vérité de chaque élément, seulement son état stable à une certaine température et dans un certain milieu.»

Art - plutôt que science assurément - la Gestalt peut l'être, soit au sens d'un artisanat laborieux, notre pain quotidien, soit au sens du brio technique qui fait les miracles. Mais je préfère encore l'envisager selon la vision de Gracq, en tant qu'elle lutte contre l'informe, permet d'entrer en contact avec des états contradictoires de la réalité et avec nos besoins contradictoires de mouvement et de stabilité, autorise à sortir, peut-être, de l'alternative paralysante que je définissais plus haut entre prolifération indéfinie des possibles et enfermement (pour saisissante illustration, lire *Les particules élémentaires* de Michel Houellebecq).

Continuité historique : la Gestalt, qui se fonde au moins en partie sur les recherches de la Gestalt-théorie sur les perceptions et le mouvement, continue bien de se colleter avec l'informe...

Résumé

La Gestalt peut-elle nous aider à vivre l'air du temps? Il se caractérise, cet air du temps, par une sorte de prolifération des possibles et des espoirs, dans le domaine de la santé, de la communication, de la culture, de l'économie. Chacun semble avoir accès aux moyens d'être agent et acteur de sa propre vie. Et pourtant la dépression rôde, l'épanouissement individuel se heurte à des limites diffuses, inédites. Les mutations de la Gestalt doivent lui permettre de faire face à ces nouvelles réalités de la réalité.

BIBLIOGRAPHIE

- Roland BARTHES, *Fragments d'un discours amoureux*, Paris, Seuil, 1977.
- Azouz BEGAG, *Le Gêne du Chaaba*, Points-Romans, Seuil.
- Mehdi CHERIF, *Le Thé au harem d'Archi Ahmed*, Folio.
- Viviane FORRESTER, *L'Horreur économique*, Fayard, 1997 ; *Une étrange dictature*, Fayard, 2000.
- Michel HOUELLEBECQ, *Les Particules élémentaires*, Flammarion, 1998.
- François JULLIEN, *Un sage est sans idée*, Seuil, 1998.
- Pascal QUIGNARD, *Terrasse à Rome*, Gallimard, 2000.
- Elisabeth ROUDINESCO, *Pourquoi le psychanalyse ?*, Fayard, 1999.
- François ROUSTANG, *La Fin de la plainte*, Odile Jacob, 2000.
- Jean-Marie SCHAEFFER, *Pourquoi la fiction ?*, Seuil, 1999.
- Paul SMAÏL, *Vivre me tue*, J'ai lu.
- Cahiers de Gestalt-thérapie n°5, *Plain-Champ*, Collège de Gestalt-thérapie, 1999.