

## *Analyse existentielle et psychothérapie*

La direction du Congrès m'a prié de vous souhaiter la bienvenue par une allocution sur l'analyse existentielle et la psychothérapie. Cette demande est manifestement fondée sur le fait que vous vous trouvez ici dans le lieu de naissance de l'analyse existentielle comme méthode de recherche phénoménologique. Je souligne le mot méthode de *recherche*. Car si la psychanalyse de Freud ou les doctrines de Jung sont issues d'une insatisfaction concernant la psychothérapie de l'époque, si elles doivent ainsi leur édification et leur élaboration à des impulsions et à des buts principalement psychothérapiques, la direction de recherche analytico-existentielle en psychiatrie est issue de l'insatisfaction concernant les projets de compréhension scientifique de la psychiatrie de l'époque. Son édification et son élaboration, l'analyse existentielle les doit donc à l'effort, au désir de comprendre de façon nouvelle, scientifiquement, ce à quoi ont affaire la psychiatrie, la psychopathologie et la psychiatrie; de le comprendre sur la base de l'analytique existentielle telle qu'elle a été développée, en 1927, dans l'œuvre géniale de Martin Heidegger, *Sein und Zeit*. Or ce à quoi la psychiatrie et la psychothérapie ont affaire en tant que science, c'est, comme on sait, l'« homme », non pas, en premier lieu, l'homme psychéiquement *malade*, mais *l'homme*. La *nouvelle* compréhension de l'homme que nous devons à l'analytique existentielle de Martin Heidegger réside dans le fait que l'homme n'y est plus compris sur la base d'une quelconque théorie — qu'elle soit mécaniste, biologique ou psychologique —, mais sur la base du dégagement purement phénoménologique de la structure totale, ou de la texture totale de



l'être-présent comme *être-dans-le-monde*. Ce que signifie cette expression fondamentale pour l'analyse existentielle, je ne peux malheureusement pas l'exposer ici; je soulignerai seulement qu'elle comprend en soi, de façon *également originelle*, la constitution mondaine propre, commune et ambiante de l'être-homme. Je ne saurais non plus aborder ici les distinctions entre analytique existentielle ontologique-phénoménologique, analyse existentielle empirique-phénoménologique, et description, classification et explication empiriques-discursives.

Freud écrit dans la *Traumdeutung* que les psychiatres ont « trop tôt renoncé à la fermeté de la texture psychique »; l'analyse existentielle pourrait dire la même chose, mais dans un tout autre sens. Freud, comme on sait, avait en vue la fermeté de la texture des connexions biohistoriques-psychéiques, s'opposant aux psychiatres de l'époque, qui à la première occasion considéraient la connexion psychique comme interrompue, pour mettre à la place un processus cortico-cérébral physiologique. L'analyse existentielle, par contre, a en vue non pas la fermeté de la texture de l'histoire de vie interne, mais la fermeté de la texture transcendantale, qui réside au fond de toute texture psychéique dès le départ, ou a-prioriquement, comme condition de sa possibilité. Je regrette de ne pouvoir expliquer ici plus en détail ces expressions philosophiques déjà usitées chez Kant, mais utilisées ici dans un sens beaucoup plus large; ceux qui, parmi vous, sont familiers de la philosophie me comprendront immédiatement. Je voudrais simplement souligner ceci, à savoir que nous n'introduisons ici nullement la philosophie dans la psychiatrie ou la psychothérapie, mais que ces sciences en tant que telles sont éclairées, ou radiographiées, relativement à leur fondement philosophique. Ce qui réagit alors, cela va de soi, sur la compréhension aussi de leur objet, ou champ réique scientifique. On voit l'effet de cette réaction dans le fait que nous avons maintenant appris à concevoir et à décrire les différentes psychoses, névroses et psychopathies comme des *flexions* déterminées de la texture a-priorique, ou de la structure transcendantale de l'être-homme ou, comme disent les Français, de la « condition humaine ».

Nous remarquerons en passant que la direction de recherche analytico-existentielle en psychiatrie a dû encore examiner plus avant, dans différentes directions, la structure de l'être-présent comme être-dans-le-monde, telle

qu'elle a été projetée et exposée par Heidegger; en particulier, elle a dû le faire relativement aux « dimensions » existentielles très différentes, c'est-à-dire relativement à la hauteur, à la profondeur et à l'étendue, à la matérialité, à l'éclairage et à la couleur du monde, à la plénitude ou au vide de l'existence, etc. L'examen des constitutions psychotiques, de celles, par exemple, que nous désignons comme maniaques, dépressives, schizophrènes ou obsessionnelles, nous a tous à ce point occupés qu'il n'existe, en ce qui concerne la portée de la direction de recherche analytico-existentielle pour la *psychothérapie*, que les premiers jalons d'une réflexion. A ce propos, je voudrais vous indiquer, très cursivement, quelques lignes directrices.

1. Une psychothérapie sur une base analytico-existentielle explore l'histoire de vie du malade à traiter comme le fait toute autre méthode psychothérapique, même si elle procède là d'une façon qui lui est absolument propre. Elle *élucide* en effet cette histoire de vie et ses singularités pathologiques *non pas* selon les doctrines d'une école psychothérapique quelconque et selon ses catégories préférées, mais elle *comprend* cette histoire de vie et ses singularités comme des flexions de la structure totale de l'être-dans-le-monde; ainsi que je l'ai montré dans mes études *Sur la fuite des idées*, mes études de *Schizophrénie*, et enfin dans le cas « *Suzan Urban* ».

2. Une psychothérapie sur une base analytico-existentielle procède donc de manière à ne pas seulement montrer au malade, mais autant que possible à lui faire aussi *apprendre par expérience*, dans un bouleversement existentiel, quand et dans quelle mesure il a manqué la structure de l'être-homme, quand et comment, tel le *Baumeister Solness* d'Ibsen, il s'est par exemple *égaré* dans une « hauteur aérienne » ou dans un « monde imaginaire éthéré ». Le psychothérapeute pourrait être comparé, dans ce cas, à un guide de montagne compétent, c'est-à-dire qui s'y connaît sur le « terrain » en question, qui essaie le chemin vers la vallée avec le touriste « dilettante » qui n'ose plus faire un pas ni en avant ni en arrière.

Inversement, le thérapeute orienté analytico-existentiellement cherchera à faire prendre à nouveau pied « sur terre » au dépressif, en le sortant du monde de caveau souterrain dans lequel il s'est enterré; « sur terre », comme le seul mode d'être-présent où peut être réalisée la plénitude des possibilités d'être humaines. Quant au schizophrène *distors*, le thérapeute orienté analytico-existentiellement



cherchera à le ramener, du monde du travers ou de l'oblique dans lequel il vit et se meut, dans le monde commun, le *koinos kosmos* d'Héraclite; ou il essaiera d'aider une malade qui, selon ses propres termes, « vit dans deux sortes de vitesses », à les « synchroniser » (pour reprendre à nouveau sa propre expression). D'autres fois, comme ce fut le cas dans un cas d'anorexie mentale traité par Roland Kuhn, le thérapeute reconnaîtra que l'on arrive bien plus vite au but si l'on explore la malade en question non pas selon les structures temporelles, mais selon les structures spatiales. Ce fut pour nous une surprise de voir avec quelle facilité certains malades, qui n'étaient pas toujours particulièrement intelligents ou cultivés, se montraient accessibles au mode analytico-existential d'exploration en général, et se sentaient compris par cette exploration dans leur mode propre. C'est dans l'établissement d'une telle communication naturelle que réside, ici comme ailleurs, la condition préalable à tout succès psychothérapeutique.

3. Que l'analyste existentiel vienne maintenant de l'école psychanalytique ou de l'école jungienne, il se tiendra toujours avec ses malades sur le même plan, à savoir le plan de la communauté dans l'être-présent. Il ne fera donc pas du malade un objet, face auquel, soi-même, il est un sujet; mais il verra en lui le partenaire dans l'être-présent. Ce qui relie les deux partenaires il ne le définira donc pas, selon l'analogie du contact entre deux batteries électriques, comme un « contact psychique », mais comme une *rencontre* « sur l'abîme de l'être-présent », pour reprendre les termes de Martin Buber, un être-présent qui, *essentiellement*, n'est pas seulement « dans le monde » comme un ipse, mais aussi comme un être-avec ou rapport, et comme un être-ensemble ou amour. Ce que, depuis Freud, nous appelons *transfert* est aussi, au sens analytico-existential, un mode de la rencontre. Car la rencontre est un être-ensemble dans un *présent intrinsèque*, c'est-à-dire dans un présent tel qu'il se temporalise absolument hors du *passé*, et porte aussi, absolument, en soi les possibilités de l'*avenir*.

4. Cela vous intéressera peut-être d'apprendre aussi quelle attitude l'analyse existentielle adopte, d'un point de vue psychothérapique justement, à l'égard du *rêve*. Là aussi, elle se distancie de toute « explication » [*N. d. T.* : ou élucidation] théorique du rêve; en particulier, elle se distancie aussi de l'interprétation psychanalytique, purement sexuelle, des contenus de rêve; elle comprend bien

plus le rêve, ainsi que je l'ai souligné depuis longtemps, comme un mode particulier de l'être-dans-le-monde; en d'autres termes, comme un monde particulier et comme un mode particulier de l'exister. Ce qui veut dire que dans le rêve, nous voyons l'homme entier, dans sa problématique *entière*; certes, selon un autre *mode* d'être-présent que dans la veille, mais sur l'arrière-plan et avec les membres structuraux de la texture a-priorique de l'être-présent en général. Pour l'analyste existentiel aussi, le rêve est donc de la plus haute portée thérapeutique. Car c'est précisément à l'aide de la structure des rêves qu'il peut montrer au malade, premièrement la structure de son être-dans-le-monde en général; et sur la base de cela, il peut, deuxièmement, le rendre libre pour *tout* le pouvoir-être de l'être-présent; en d'autres termes, libre pour la décision de « ramener » [*zurückzuholen*], comme dit Heidegger, l'être-présent hors de son être-présent de rêve à son pouvoir-être-soi intrinsèque. Comme exemple provisoire, je vous citerai le travail de Roland Kuhn, *Zur Daseinsstruktur einer Neurose* (A propos de la structure d'être-présent d'une névrose), dans le *Gesbattelschen Jahrbuch für Psychologie und Psychotherapie*. Je vous prierai seulement de ne pas vous représenter, par structure d'être-présent, quelque chose de statique, mais quelque chose de compris dans un changement continu. Ce que nous appelons névrose représente aussi un parcours fléchi d'être-présent, face au cours de la flexion saine. L'analyse existentielle comprend donc la psychothérapie comme une tentative d'ouvrir à de tels parcours fléchis d'être-présent de *nouvelles* possibilités structurales.

Vous voyez donc que l'analyse existentielle, au lieu de parler de concepts théoriques, comme par exemple les principes de plaisir et de réalité, examine et traite l'homme psychiquement malade selon les structures, les membres structuraux et les flexions structurales de son être-présent; qu'elle n'a donc nullement pour seul objet la conscience, comme on le lui a souvent reproché de la part de milieux mal informés; qu'elle a, bien au contraire, pour objet l'homme entier, par-delà la distinction entre conscient et inconscient, par-delà la distinction entre âme et corps; car les structures d'être-présent et leurs flexions régissent également son être tout entier. Il va de soi cependant que l'analyste existentiel comme thérapeute, surtout au début du traitement, ne pourra lui non plus s'en tirer sans la distinction entre conscient et inconscient, distinction issue de la psy-



chologie de la conscience, et qui lui reste liée à ses risques et périls.

5. Le bilan actuel des relations entre l'analyse existentielle et la psychothérapie peut donc se résumer ainsi : l'analyse existentielle ne peut absolument pas se passer, sur de longues distances, des méthodes psychothérapiques éprouvées; mais elle ne peut devenir thérapeutiquement efficace en tant que telle que si elle parvient à ouvrir à l'homme son semblable la compréhension de la structure de l'être-présent humain; que si elle parvient donc à lui faire retrouver hors de son monde et de son mode d'être-présent névrotiquement ou psychotiquement transpassés, fourvoyés, troués ou distors, le chemin vers la liberté du pouvoir-disposer de ses possibilités d'existence les plus propres. Cela présuppose que l'analyste existentiel comme psychothérapeute ne doit pas seulement disposer d'une compréhension de la *chose*, ou compétence étendue englobant aussi bien l'analyse existentielle que la psychothérapie, mais aussi que, dans la lutte pour la liberté du partenaire dans l'être-présent, il doit oser la mise en jeu de sa propre existence.