

La quête du sens en psychothérapie

La quête de sens, du sens de la vie, en psychothérapie, selon la proposition de Damien, m'a parue, pour avancer quelques éléments, concerner la part divine de notre humaine condition. La porte étroite qu'y mène passera par le sacrifice, inévitable condition, insoutenable souvent, afin que la transformation, comme troisième terme, ou 1/3 inclus, advienne. Ces réflexions seront succinctes, sans développement possible, vu la brièveté demandée.

Le divin s'expérimente dans nos psychismes individuels : il est « qualité » de l'expérience.

L'univers profane va se dégradant sans cesse. C'est le mouvement entropique décrit par la physique. Le sacrifice, sacrifice de moi-même, par moi-même, montre que le sacrifié et le sacrificateur sont UN¹. Le sacrifice combat la dégradation entropique croissante. Il propulse vers la régénération néguentropique, par modification de la libido. Pierre Solié ajoute : « Le sacrifice assure le passage de l'univers profane (pro fanum - en dehors de l'enceinte sacrée), vers l'univers sacré, » sous certaines conditions.

Le sacrifice est un acte religieux. « Il rend possible la régénération néguentropique, c'est-à-dire, mourir au monde dégradé de la matière, du pulsionnel violemment destructeur de la bête qui nous fonde et de sa projection sur l'autre, pour renaître au monde régénéré par la néguentropie sacrificielle². »

Notre conscience ne se résume pas à l'activité de nos neurones. La vie est inscrite dans les lois de l'univers. Pour nous, humains, le divin est condition première de notre humanité.

Alors, nous pouvons penser Métamorphose, Transformation, Sens, si nous acceptons en nous-mêmes l'exigence du Soi qui veut la mort de la toute puissance du moi. Endosacrifice douloureux, longue confrontation, révolte, projection sur un bouc émissaire, les pertes, les renoncements auxquels on ne peut consentir, la castration inacceptable. « Risquera-t-on sa position sociale, une grande partie de ses moyens d'existence pour suivre cette exigence intérieure ? » interroge Elie Humbert. « C'est bien là le sacrifice. Il comprend un risque total. » Plus facile, pour certains, de le refuser dans un imaginaire de possession. « On sait combien cette inflation détruit, » Face au refus déterminé, il reste alors à « balancer » en projection sur l'autre, celui qui en est le témoin, qui a osé en être le porte-parole, le serviteur. Flèche empoisonnée dit Marie-Louise von Franz³ dans son étude sur la projection. « Ceux qui s'emparent à leur profit de la force et de l'énergie des grandes images archétypiques commettent; une grossière erreur, » commente Elie Humbert, « car quiconque ne ressent pas dans ses connaissances la responsabilité éthique qu'elles comportent, succombera bientôt au principe de puissance et à ses conséquences. »

Nous sommes ici, alors, dans la rencontre et la confrontation à l'ombre, au principe du mal. Les conflits qui en résultent, les mises en questions, les déchirements, sont pour Jung l'épreuve de vérité. Là se développe un conflit face aux problèmes intimes de la constitution de chacun.

¹ In : *Les Racines de la Conscience*, Hachette, au chapitre « Les Visions de Zosime »

² In : Pierre Solié, *Le Sacrifice*, Albin Michel.

³ Marie Louise von Franz, *Reflets de l'Âme*, Dervy Livres

Sa réflexion sur le sacrifice, permet à Jung d'expliciter une visée essentielle de la psychologie analytique. Jung dit : « Dans le sacrifice, la conscience renonce à la possession et à la puissance au bénéfice de l'inconscient. Ainsi devient possible l'union des opposés qui a pour conséquence un déclenchement d'énergie. Le héros se réengendre par le sacrifice qu'il fait de soi. Il renouvelle ainsi, dans la mort (régression, dépression), la vie corrompue⁴ »

Le sacrifice serait, ainsi, un passage possible par la mort du moi acceptée, la condition même d'une transformation. « Le refuser, ajoute Elie Humbert, c'est se condamner à la sécheresse et à la stérilité. »

L'accès au numineux est la véritable thérapie. « Les grands symboles religieux appartiennent à l'espace psychique du Soi. Ils sont des racines dont l'homme a besoin pour ne pas vivre uniquement à l'extérieur de lui-même. » L'inconscient est la matrice de toute expérience religieuse originale. Le Soi somme le moi conscient de faire face et de s'expliquer, face à lui-même.

Quant à la question du sens de la vie, elle n'a pas de réponse dans les discours, mais dans l'expérience, et celle-ci est individuelle. Les rêves, l'imagination active, les méditations en véhiculent les conditions et les images. Ils proposent une organisation intérieure qui est une expérience intime à chacun.

« Et toi, quel est ton mythe ? » demandait à Jung ce qu'il nomma ensuite le Soi. Chacun verra pour lui-même.

« La question du sens poursuivie de sacrifice en sacrifice, apporte l'expérience d'être réuni, d'être entier, d'exister dans une cohérence dynamique entre le Soi, moi et le monde. » L'ordre rationnel n'est plus, ici, qu'une façade. « On voit dans l'approfondissement des mouvements de l'inconscient que les germes de vie sont dans l'Eros et le sentiment⁵. »

Jung : « Maintenant, chaque homme doit porter Dieu en lui⁶ »

Jacqueline Cahen-Morel

⁴ In : C. G. Jung, *Métamorphoses et symboles de la libido*, Montaigne

⁵ In: Elie Humbert, *L'homme aux prises avec l'inconscient*, Retz

⁶ *C. G. Jung parle*, Buchct Chastel