

LES B.A. BA DE LA SYSTEMIQUE...

François BALTA

B A BA n° 14 - LES PROBLÈMES SONT-ILS SOLUBLES DANS L'AMOUR ou bien L'AMOUR EST-IL UN PROBLÈME INSOLUBLE ?

Si pour Esope la langue était la meilleure et la pire des choses, autant peut en être dit de l'amour, sensé tout guérir, et source de bien des souffrances, de bien des excès. Que de crimes, plus ou moins passionnels, commis en son nom !

Que de thérapies empathiquement menées et malmenées !

L'acceptation inconditionnelle, rogérienne ou spontanée, aurait-elle à voir avec l'amour ?

Ou bien au contraire, l'amour serai-il l'exclu de la thérapie, le grand absent des pratiques professionnelles ?

Si on considère que tout ce qui "guérit" ou au moins "fait du bien" est de l'ordre de la thérapie, bien des activités sont de la thérapie clandestine, l'amour au premier rang.

Une thérapie gratuite qui coûte cher : le couple

Une des manières les plus classiques de tenter de résoudre ses problèmes, c'est sans doute de trouver un thérapeute attitré, dont on s'assure la présence plus ou moins permanente, et la disponibilité volontaire. La constitution d'un couple semble, de ce point de vue une bonne affaire. En effet, chacun trouve un partenaire particulièrement adapté à ses besoins et à ses contradictions internes. Il est perçu comme capable d'apporter la cicatrisation des blessures de l'enfance, de donner corps aux espérances de bien être et de réparation. Dans la mesure où il en est de même pour chacun, c'est double bénéfice, chacun étant thérapeute valorisé de l'autre et patient protégé et exclusif en même temps. Le contrat implicite du couple comporte à la fois un pacte de non agression - « tu ne me feras pas de mal » - et un pacte de soin - « tu me feras du bien ».

Le couple, bien sûr, est pris dans le même paradoxe que toute thérapie : changer pour être mieux suppose d'affronter et de traverser l'angoisse du non familier, de l'inconnu, de ce qui vient bouleverser nos croyances les plus intimes. Qu'est-ce qui, mieux que l'amour, peut apporter le soutien et la confiance nécessaires pour affronter cet effondrement des repères et la construction d'autres références ? Si aimer, comme l'affirmait Lacan, « c'est donner ce qu'on n'a pas à quelqu'un qui n'en veut pas », c'est bien cet échange d'illusions nourries de dettes positives qui fonde le couple, dépassant ainsi la dimension d'un contrat utilitaire. Rencontrer l'autre qui croit en moi davantage que moi-même me donne une chance de croître, d'aller vers un mieux que j'espère être et que pourtant je ne crois pas avoir. Aveugle et paralytique se soutiennent ainsi dans le couple. La nécessité de l'un fait la valeur de l'autre. La nécessité de l'autre fait la valeur de l'un. L'emboîtement des pièces de ce mini puzzle à deux morceaux pourrait sembler parfait et suffisant en lui-même. Il n'en est rien. Aucun partenaire ne peut nous épargner le travail à faire par nous-mêmes. Il peut seulement être celui dont on accepte qu'il nous l'impose, faut-il encore qu'il tienne bon dans son exigence, qu'il ne se décourage pas devant la lenteur ou l'absence du changement espéré.

Un des paradoxes du couple, c'est qu'il est nécessaire à chacun d'être aimé pour ce qu'il est, là, maintenant, et que pourtant il doit l'être aussi pour ce qu'il est sensé devenir, pour l'inapparent, le non advenu encore, ce que celui qui aime, clairvoyant et

aveugle à la fois, voit au-delà de soi-même, tel l'architecte voyant le château là où il n'y a pourtant que marécages. Et il faut que cette espérance ne disqualifie pas le présent, que ce qui sera n'impâtient pas ce qui est.

Un autre paradoxe, c'est celui du don. Sa gratuité n'en est pas pour autant désintéresséeⁱ. Car ce qui s'offre au conjoint, on en attend sans l'attendre une réciprocité qui n'est pas annulation de l'échange par l'échange. Il faut croire au potentiel de l'aimé(e) avec un désintéressement total, contraire à l'implication intense et partisane dans cette relation unique et indispensable.

La contrepartie de cette adaptation subtile de chacun à chacun, c'est qu'elle ne se fait pas seulement au niveau des attentes conscientes, mais aussi, preuve de la complexité de la relation amoureuse, au niveau inconscient, là où s'ignore pour l'intéressé sa capacité à se nuire, à nier ses propres aspirations, à se disqualifier au plus profond de ses croyances. C'est dire que le choix du partenaire est à double tranchant, particulièrement affûté. Celui qui est capable de me sauver de moi-même, je le choisis aussi parce qu'il est à même de m'aider à vérifier mes pires craintes, mes attentes les plus catastrophiques, mes désespoirs les plus secrets, mes déceptions les plus violentes. Ainsi le messager de transformations possibles peut-il devenir celui qui ne fera que refléter et confirmer mes plus redoutables cauchemars. « Si tu m'aimes, ne m'aime pas »ⁱⁱ peut être ainsi le message paradoxal caché au fond de la corbeille nuptiale.

Une thérapie qui est tout sauf brève : les enfants

Si le couple n'apporte pas tous les succès escomptés, il y a malgré tout des solutions de rattrapage. Bien sûr, en même temps, les problèmes aussi vous rattrapent.

Si la parentification du conjoint ne cicatrice pas les blessures anciennes, ou si celles-ci se rouvrent à un moment ou à un autre du parcours conjugal, il reste la solution de faire un, ou plusieurs, enfants. Cette part de soi-même, cette chair de sa chair, dans laquelle parfois il est si difficile de se reconnaître malgré les certitudes génétiques, peut remplacer avantageusement le conjoint plus ou moins défaillant, occupé à d'autres tâches.

Certainsⁱⁱⁱ vont même jusqu'à penser que chaque enfant est le résultat d'un problème rencontré par le couple, d'une extension du domaine des difficultés, l'incarnation, au sens propre, d'une recherche de solution. Lorsqu'une tension se manifeste trop durement entre deux personnes, l'une des options n'est-elle pas de faire appel à un tiers ? Alors, pourquoi ne pas créer soi-même ce tiers salvateur ?

Des analystes transactionnels ont regardé de plus près les rôles qui nous accueillent dès le berceau, et qui seront ensuite complexifiés par notre position réactionnelle ainsi que par notre vécu psychologique^{iv}. Chaque enfant peut être attendu comme le sauveur direct du couple, celui qui va apporter le bonheur et la félicité que le conjoint défaille à donner. Il peut aussi prendre la place de la tête de turc qui permet l'évacuation des tensions conjugales. Il peut enfin être celui qui empêche par sa présence le couple d'accéder au bonheur escompté, le persécuteur officiel, seul obstacle à la satisfaction sans ombre que les amants auraient pu s'apporter sans lui. Mais là encore, l'enfant déçoit bien souvent les attentes parentales. Non seulement ces dernières peuvent être tout à fait asymétriques, mais encore l'enfant peut être mieux, ou moins bien, qu'espéré, plus ou moins absent au rendez-vous fixé par ses géniteurs. L'enfant rustine ne colmate pas la fuite, et les illusions se dégonflent avec le temps, laissant réémerger les blessures anciennes avec leur cortège de frustration, de rancœur et de ressentiment.

Les thérapies professionnelles ne sont-elles que le complément des échecs des précédentes ?

Avant d'en être réduit à consulter, il reste encore à recourir à l'amitié, base nécessaire à toute trahison, et aux amours illégales, vite reprises dans les mêmes ornières que les légales lorsqu'elles s'officialisent ou s'entêtent à durer.

Ainsi, lorsque la souffrance réapparaît, comme incrustée dans la trame de la vie telle une tache qui ne s'effacerait que temporairement à l'essai de tout nouveau produit réputé miraculeux, il (ne) reste (plus qu') à faire appel à des professionnels, nettement moins séduisants, mais dont on peut espérer qu'ils sauront résister aux ambiguïtés des amours salvatrices. Ceci dit pour insister sur le fait que les thérapeutes n'interviennent qu'en ultime recours, une fois bien des déceptions endurées, et bien des tentatives – de guérir tout en échappant à la thérapie - infructueuses essayées. Certes, ceux qui se méfient de tout lien d'attachement pourraient venir plus vite voir un thérapeute. Malheureusement leur méfiance ne les y aide pas, même et surtout s'ils en ont oublié l'origine.

En somme, il y a de fortes chances pour que ceux qui consultent, seul, en couple ou en famille, soient des déçus de l'amour en quête d'amour. Mais là, aucune réciprocité n'est de mise. Dieu merci, les patients ne sont pas obligés d'aimer leur thérapeute. C'est sans doute cette absence d'obligation qui les y invitent, de même que c'est cette obligation de les accepter inconditionnellement – y a-t-il une meilleure définition de l'amour ? – qui rend tout à fait suspecte notre capacité à les accepter spontanément. Reconnaissons que cela tombe plutôt bien dans la mesure où, sans cet artifice de l'obligation professionnelle, peu de nos clients oseraient se montrer aussi détestables qu'ils se pensent être. De plus, l'ambiguïté que cette obligation d'acceptation entretient nous libère du problème de la spontanéité de nos sentiments. Nous sommes supposés accepter tous nos patients, quels qu'ils soient, quoi qu'ils nous disent et quoi qu'ils nous montrent.

Acceptation et gentillesse

Mais notre acceptation si elle est presque acceptation du n'importe quoi n'en est pas pour autant une acceptation du n'importe comment. Notre droit à questionner, à refléter, à ne rien prendre comme argent comptant, nous permet de ne pas confondre acceptation et gentillesse gngngn. Il ne s'agit pas pour nous d'être "gentils". Mais bien plutôt d'être exigeants quant à notre cadre de travail, et, comme quand on aime, de croire au meilleur encore inapparent, sans en démordre. Notre intérêt matériel, qui serait volontiers supposé l'allié de la maladie et de sa durée, nous rend insoupçonnable en ce qui concerne notre désintéressement quant à la guérison, ou pour parler comme ceux qui n'en attendent tant que de surcroît, quant à une amélioration.

Le thérapeute est humain. Il peut être souriant, compatissant, empathique, ému, impressionné, acceptant, positif. Il peut froncer le sourcil ou ouvrir des yeux émerveillés devant telle ou telle trouvaille minuscule. Il sera parfois paternaliste, ou mieux paternel, parfois maternel ou fraternel, ou même filial. Il remplacera les morts trop tôt disparus, les non vivants jamais nés. Il supportera les fantômes des amours mortes et ceux des espérances déçues. Il manifesterà sa patience, et, parfois, à des moments choisis selon des critères secrets même pour lui, son impatience ou même sa colère. Toujours « juste » si possible, thérapeutique même, puisqu'il est thérapeute. Aucun de ses gestes n'échappe au devoir du soin, même un éternuement imprévu, un gargouillis digestif indiscret doivent être mis au service du patient.

Mais jamais il ne se montrera gentil par paresse. Il appuiera là où c'est nécessaire, et n'évitera la confrontation que lorsqu'il la jugera prématurée ou dommageable plus encore que l'évitement. Si la gentillesse, c'est de n'aborder aucun sujet qui fâche, aucune zone d'incivilité, de ne s'appesantir sur aucune gêne, aucune impudeur, alors là, non, le thérapeute n'a pas à être gentil. Il sera surtout, preuve sans doute de son amour, suffisamment stupide de manière à avoir besoin des éclaircissements de ses patients pour y comprendre quelque chose.

Sa gentillesse, si l'on peut dire, sera de toujours croire aux capacités d'autoguérison de son/ses patient/s davantage qu'en son pouvoir.

De l'accueil inconditionnel à la tristesse du départ

Si la théorie parle volontiers de l'amour de transfert, véritable amour par ailleurs comme le reconnaissait Freud, elle est beaucoup plus discrète en ce qui concerne l'amour de contre-transfert.

Mais cela n'empêche pas tout thérapeute d'avoir, au terme d'une thérapie, en même temps qu'un sentiment de satisfaction pour l'achèvement positif du travail commun, quelque chose qui ressemble à un mélange de tristesse et de nostalgie, quelque chose de proche des sentiments liés aux amours qui se terminent... tout doucement, sans faire de bruit.

ⁱ Cf les B A BA « échanger, devoir, donner » dans « Générations », numéros 27 et 28.

ⁱⁱ Titre de l'ouvrage de Mony ELKAÏM, au Seuil, Paris 1989, dans lequel il explicite une vision du couple pris dans la double circularité de deux messages contradictoires, l'un, officiel d'amour et de changement, l'autre, correspondant aux cartes du monde et au croyance de chacun des partenaires, qui disqualifie le premier niveau et qui l'emporte d'ordinaire.

ⁱⁱⁱ Comme mon collègue et ami, le Dr Denis Vallée, par exemple

^{iv} Cf. Graham BARNES. "Bonjour ! : le losange dramatique de scénario et l'analyse des rôles de caractère ». AAT Vol 6 n°21 – janvier 1982, 29-39