

Chapitre IX
L'AWARENESS⁹¹

1. Relire Goodman

J'ai remarqué qu'un certain nombre de collègues projettent sur ce mot une acception qui n'est pas, je pense, celle que Goodman lui a donnée, mais qui se rapproche peut-être de celle, différente, qu'Hefferline (supposé être le rédacteur principal du premier volume de *Gestalt therapy*) lui donne notamment dans les deux chapitres consacrés à des exercices qu'il appelle « *d'awareness* »⁹².

Au moins dans la Gestalt francophone on lui attribue en effet couramment un sens élargi ou mélangé qui l'affadit et le détourne de ce que j'estime être sa spécificité. Goodman lui-même – et pas seulement Hefferline ou nous francophones – y est peut-être pour quelque chose : on a vu que son inspiration est celle d'un pionnier qui va de l'avant, plus que celle d'un théoricien qui veut creuser des concepts. Ce qui est en tout cas probable de notre côté, c'est que le filet obstiné de notre cartésianisme distanciateur-observateur cherche à ramener *l'awareness* dans le registre de la *pensée* alors que, dans une culture anglo-saxonne d'abord pragmatique et surtout tel que Goodman l'emploie, le mot parle d'abord *d'engagement dans l'action*.

Pour commencer, ce terme *d'awareness* n'apparaît pas dans les deux traductions que nous avons du second volume du PHG :

⁹¹ Ce chapitre est inspiré d'une part d'un article que j'ai écrit en 2001 : Au fond du champ, la présence, revue *Gestalt* n°24 (2003) – texte que je considère aujourd'hui comme dépassé – et d'autre part d'une intervention faite en mars 2004 devant la Société française de Gestalt et que j'avais intitulée de façon provocatrice « Pas besoin d'*awareness* pour être gestaltiste », étant entendu que ce dont un gestaltiste n'avait pas besoin c'était *du mot anglais et non de la posture*, comme j'espère que cela va être clair dans ce qui suit.

⁹² PHG Vol.1, III (Techniques of awareness) et IV (Directed awareness), Souvenir Press p. 73-135.

celle de Martine Wiznitzer puis celle de Jean-Marie Robine⁹³. En pratique, pour le voir réapparaître en anglais dans un texte français, il faut lire les ouvrages originaux d'auteurs français : par exemple le livre de Ginger⁹⁴ déjà cité, ou celui de Robine, déjà cité aussi : *Gestalt thérapie : la construction du soi*⁹⁵.

Comment cela se fait-il ? La situation est la suivante : dans la version originale de notre PHG il y a deux mots : *awareness* et *consciousness*, que distingue en anglais une nuance de sens importante, mais qui en français sont tous deux traduisibles par « conscience ». Pourtant, dans la pratique seul le terme *awareness* semble focaliser l'attention de beaucoup de nos formateurs ou théoriciens. Une exception parmi d'autres est Jean-Marie Robine : dans l'ouvrage que je viens de mentionner, il consacre à *l'awareness* et à la *consciousness* une étude bien documentée des textes de Goodman, dont je m'inspire ici en partie et qui rassemble les citations qui vont suivre⁹⁶. Il faut ajouter que Goodman lui-même a fait ce qu'il fallait pour que la *consciousness* occupe une position seconde dans la pensée gestaltiste. Il la présente en effet, on va le voir plus bas, comme un fonctionnement faute de mieux en cas de panne de *l'awareness*. D'ailleurs, dans l'index final de *Gestalt therapy*⁹⁷ (limité il est vrai à environ 200 entrées), *awareness* réfère le lecteur à 22 passages du livre (il y en a en fait beaucoup plus) alors que *consciousness*... n'y figure pas.

Dans ce contexte mon intention ici est double : d'une part expliquer en quoi l'une et l'autre : *awareness* ET *consciousness*, sont

⁹³ Cf. référence note 35 (chap. III)

⁹⁴ Cf. référence note 45 (IV, 1)

⁹⁵ Cf. note 46 (IV, 1)

⁹⁶ *Ibidem* pages 81 à 92. Texte original des 4 citations faites par J.M. Robine du PHG, Souvenir Press Vol. 2 et reprises au § 2 *infra* : (1) I, 3 p. 229 ; (2) II, 8 p. 245 ; (3) I, 7 p. 232 ; (4) III, 4-5, p. 259-260 (Stancké, trad. M. Wiznitzer, pages 12, 32, 15, 46-47).

⁹⁷ PHG Vol.2, Index, Souvenir Press p. 467-470 (pas d'index dans l'édition Stancké).

à l'œuvre à égalité dans la posture gestaltiste telle que je la comprends, quitte à me distancier d'avec Goodman sur ce qui me paraît être chez lui un quasi militantisme de l'ajustement créateur ; et d'autre part proposer, pour ces deux termes, des équivalents français qui donnent une place aussi juste que possible à ce que les mots anglais *awareness* et *consciousness* véhiculent, à mon sens, dans l'esprit du PHG.

2. La connaissance implicite du champ : *l'awareness*

Dans l'étude citée plus haut, Jean-Marie Robine rappelle plusieurs passages de notre livre de référence en conservant l'anglais pour le mot *awareness* : « *Le contact, c'est l'awareness du champ ou la réponse motrice dans le champ* ». Il note ensuite que les auteurs se réfèrent à plusieurs reprises à l'exemple de l'artiste en train de créer : il « *réalise alors spontanément une forme objective. [II] est tout à fait aware de ce qu'il fait [...] ; il n'est pas inconscient de son travail, pas plus qu[...]il ne calcule délibérément. Son awareness est une sorte de modalité moyenne [a kind of middle mode], ni active ni passive, mais acceptante des conditions, attentive à la tâche, et croissant en direction de la solution.* » Ils écrivent encore : « *L'awareness n'est pas une réflexion sur le problème mais est elle-même intégration créative du problème.* »

Pour ma part, partant de mon ressenti personnel et des rappels cités ici, il me paraît que l'expérience que décrit le mot *awareness*, c'est d'avoir été présent à l'Autre de façon souple et fluide au cours d'un épisode de contact réussi, ou si l'on préfère, quand l'ajustement créateur s'est déployé et construit sans obstacle. J.M. Robine fait de son côté une proposition pour définir *l'awareness* en français : « connaissance immédiate et implicite du champ », avec laquelle je me sens d'accord ; elle souligne bien en effet que quand le contact se déroule sans heurts, tant que j'agis créativement dans

l'environnement je ne m'interroge pas à son sujet, ni ne l'examine ou ne l'analyse consciemment (il n'y a pas de calcul délibéré, souligne Goodman), les réponses suivent en temps réel les questions qui émergent et sont traitées sans avoir besoin d'être explicitées.

L'awareness, c'est donc la relation moi/l'Autre (organisme/environnement) quand je recours à bon escient à l'ensemble des ressources disponibles en moi et hors de moi, dans une suite d'initiatives ou de réponses ajustées, créatives au sens où elles ne sont pas mécaniquement déterminées. Bref, *l'awareness* – la présence souple et fluide – est coexistante au contact fructueux.

Quand je conduis ma voiture par exemple, les situations se succèdent l'une après l'autre : c'est tout droit et il n'y a pas d'autre voiture, j'accélère ; la route se rétrécit et il y a des virages, je ralentis, je rétrograde ; un gros camion vient en sens inverse, je serre à droite ; j'ai envie de contempler le paysage, je freine et cherche où m'arrêter ; j'ai froid, je remonte ma vitre, etc. Dans chacun de ces cas ma réponse aux changements du champ se fait d'elle-même, je suis présent de manière engagée et active à chaque fluctuation de la situation, il n'y a pas de blocage dans l'enchaînement des ajustements créateurs.

3. La connaissance explicite du champ : la *consciousness*

Et quand le processus de contact rencontre un obstacle, qu'il n'y a précisément pas d'ajustement créateur, que devient *l'awareness* ? Quand nos clients-patients ou nous-mêmes subissons l'environnement, ou quand nous nous subissons nous-mêmes dans une série de répétitions pénibles, quand les processus de contact que nous entamons n'aboutissent pas à créer une situation nouvelle ? Dans ces situations, l'accès à *l'awareness* est évidemment perdu. Que reste-t-il alors à la personne en souffrance, ou dans un blocage même simplement matériel ?

Il lui reste sa *conscience* de cette souffrance, de ce blocage. La personne a présent à l'esprit et peut exprimer clairement – d'où la précision que je donne : conscience *explicite* – qu'elle ne sait pas quoi faire de plus que ce qu'elle a déjà fait, qu'elle s'entend mal avec son partenaire malgré tous ses efforts, que d'ailleurs ses relations affectives sont une suite d'échecs, qu'elle n'aime pas le métier qu'elle fait mais qu'elle ne peut pas en changer, qu'elle ne réussit pas à trouver du travail, qu'elle est dépressive alors qu'elle a « tout pour être heureuse », etc.

Dans ces exemples la conscience explicite est passive et baignée d'un sentiment d'impuissance. C'est ce que nous rencontrons souvent dans les débuts du travail thérapeutique, ce que le PHG illustre en écrivant : « *Lorsque l'interaction à la frontière [...] est difficile et compliquée, il y a augmentation de la conscience (consciousness) [...] Le retard – la conscience (consciousness) – c'est la difficulté à achever le processus.* » Mais, comme J.M. Robine l'observe également, la conscience explicite est *aussi* une forme de retrait qui n'est pas forcément liée à une difficulté : elle peut être simplement curieuse de l'environnement comme dans l'observation scientifique, ou bien attentive à la vie intérieure comme dans l'introspection, ou encore tranquillement contemplative comme dans la méditation.

Ce qui est commun à tous ces cas et qui constitue me semble-t-il l'expérience dont nous nous occupons ici, c'est que *soit par impuissance, soit par choix*, notre conscience peut être investie de façon claire, voire aiguë, dans un *constat* de l'état du champ, sans être engagée dans un *contact* qui va éventuellement modifier le champ. En somme :

(1) quand il y a *awareness*, il n'y a pas besoin de conscience explicite (*consciousness*). Ainsi un animal (supposé dépourvu de

conscience au sens humain du terme) qui suit son instinct et mène une vie normale peut être décrit comme en état constant *d'awareness*. Dit d'une autre manière *l'awareness*, coexistante au contact réussi, vécu de cohérence, de souplesse et d'unité, c'est la bonne santé des réajustements, de la respiration, de l'invention créative dans le champ moi/l'Autre ;

(2) là où *l'awareness* ne suffit pas et bute contre un obstacle, il y a émergence de la conscience explicite (c'est peut-être là où nous commençons à nous distinguer de l'animal), qui éclaire la situation en vue d'un déploiement mieux ajusté du contact. Reprenons l'exemple de la voiture : tout se passe dans une continuité *d'awareness* tranquille, puis il y a un bruit inquiétant dans le moteur : toutes sollicitations précédentes dans mon champ mises à l'arrière-plan, je m'arrête pour me mettre à l'écoute attentive, pour l'instant passive, de ce bruit inattendu : nouveau lien mobilisé, nouvelle composante de mon champ, dont dans ce moment je ne cherche qu'à en aiguïser ma perception, sans vouloir ni pouvoir rien en faire ;

(3) dans la vie courante, nous évoluons sans cesse entre des situations de contact fluide et créatif avec l'environnement, et des situations où nous interagissons *peu ou pas* avec l'extérieur : nous examinons ce qui se présente en nous ou devant nous et nous n'avons, dans l'instant au moins, *pas les moyens*, ou *pas le désir*, ou encore il n'est même *pas question*, de mettre en route un changement. Je ressens, j'observe, je constate, je médite, je réfléchis, sans que cela fasse nécessairement partie d'un épisode de contact. En termes de liens, dans ces situations-là il peut y avoir des liens internes ou externes intenses, mais aucun n'est mis au travail.

On voit dans cette perspective comment les « exercices *d'awareness* », classiquement proposés dans notre approche ges-

taliste, sont en réalité – J.M. Robine le note aussi – des exercices *qui font travailler la consciousness en vue de rendre possible une meilleure awareness dans les interactions à venir*. D'ailleurs, le mot de « travail » conviendrait mal à *l'awareness* : elle est fluide dans le meilleur des cas ; et quand elle est empêchée de l'être, ce n'est pas elle qui trouve la solution : *l'ouvrière appelée pour les besoins de croissance, les avancées, les retards ou les pannes de l'awareness, c'est la conscience explicite (consciousness)*. Je développerai ce point au § 5.

4. *L'awareness, non duelle ; la consciousness, duelle*

La confusion dont j'ai parlé au début de ce chapitre est le fruit de l'erreur souvent faite par un certain nombre d'entre nous (je l'ai faite moi aussi) : celle qui consiste à appeler *awareness* toute conscience *explicite* finement aiguisée de soi-même ou de l'environnement (ce que précisément Hefferline préconise dans les chapitres cités au § 1, *supra*), alors que justement *l'awareness* telle que Goodman la définit est bien plutôt une *connaissance implicite* de la situation. On l'a vu, elle n'est pas en elle-même une prise de conscience : elle est la notion qui rend compte, *quand on y réfléchit après coup*, de l'expérience qu'on a faite d'être engagé dans l'ici-et-maintenant d'un processus de contact créateur.

Compte tenu de ce qui précède, une traduction française correcte pour rendre le sens que Goodman donne au mot *awareness* serait : « prise en compte pratique de.... » Dire « I am aware that it's raining », plutôt que « I'm conscious that it's raining », laisse entendre que je suis en train de tenir compte concrètement du fait qu'il pleut : « I am aware that it's raining, so I've got to drive more cautiously » : *je prends en compte qu'il pleut*, et tout naturellement, sans avoir à y réfléchir je vais conduire ma voiture avec plus de prudence.

L'awareness, cette présence à un processus dans lequel je suis entièrement engagé, est un vécu en soi non dualiste. Être en *awareness*, c'est être « un » avec ce dans quoi je m'implique. Dans *l'échange* intense avec quelqu'un, dans *l'acte* créatif de conduire ma voiture, d'écrire ce texte, de réparer le toit de ma maison, d'animer un stage ou de mener une séance de thérapie, dans *ma contemplation* de la nature... je suis « un » avec l'Autre, ou plus exactement *nous sommes Un* l'Autre et moi dans ces épisodes d'ajustements créatifs : c'est ce que Goodman appelle le mode moyen du plein contact.

Sous ce rapport, *l'awareness* se situe dans le même registre non dualiste que la notion de champ ou celle de contact. Ce qui nous amène, par contraste, au dualisme intrinsèque de la *consciousness*. La *consciousness* est toujours *de* quelque chose : elle pose une distinction nette entre *moi* qui perçois ou ressens quelque chose et *ce que* je perçois ou ressens ; elle sépare sujet et objet. Tout ceci a déjà été largement évoqué (notamment en V, 2 et 3). L'expérience de la conscience (*consciousness*), tout à fait courante, constitue la base de la posture scientifique et plus largement de toute l'orientation individualiste de notre culture en Occident : il y a moi *et* il y a du non-moi, de l'Autre.

La *consciousness* est donc un *arrêt sur l'ici-et-maintenant d'une expérience duelle* : il y a de l'Autre dans moi ou devant moi. Cette expérience n'est pas du registre de l'action, elle n'est pas un processus : elle est du registre du constat, de l'inventaire. Inventaire éventuellement affiné, délicat, sensible, attentif, concernant tous les domaines possibles de l'expérience d'être en lien conscient avec quelque chose qui n'est pas moi, ou en tout cas pas tout à fait « moi », depuis mes états corporels et mes sensations jusqu'à mes pensées les plus abstraites en passant par mes sentiments, mes émotions et les contributions de mon imagination et de mon intui-

tion. Voilà tout ce sur quoi peut s'arrêter, tout ce que peut livrer la *consciousness*.

Au contraire de celle-ci, qui est donc conscience *de* quelque chose, *l'awareness*, expérience non duelle, n'a pas d'objet : elle *est* simplement. C'est en toute rigueur un abus de langage de dire qu'on est « aware » *de* quelque chose. On ne peut être « aware » que *dans* une situation et on ne s'en rendra compte qu'après.

5. Deux conséquences

A. La *consciousness dépanneuse de l'awareness*

Reprenons ce que j'ai abordé plus haut. Proposer, comme on dit en français gestaltiste courant, des « exercices *d'awareness* », c'est comme si un médecin proposait à son malade un exercice de bonne santé. Faire prendre conscience à quelqu'un ou à moi-même de quoi que ce soit, facile, difficile, agréable, douloureux, fugitif, insistant, nouveau, connu (c'est le but de tous les exercices dits *d'awareness*) est de fait, par définition, un exercice de *consciousness* : un exercice d'inventaire attentif de ce qui est présent là, un exercice d'arrêts successifs sur expérience. Si je m'entends mal avec ma femme et que mon thérapeute me propose comme solution de m'entendre bien avec elle, il me suggère ce que précisément je ne sais *pas* faire. Par contre, s'il m'invite à interagir avec elle devant lui et me pointe là où je ne vois pas que je fais échouer le contact – arrêt sur image –, alors je verrai mieux ce qui se passe : il m'aura aidé à élargir ma conscience (*consciousness*) des interruptions ou impasses du processus d'échange, ce qui aura rendu possible des échanges moins bloqués dans le futur. Plus généralement, tout apprentissage consiste en une série d'expériences de *consciousness*, grâce auxquelles des interactions ultérieures profiteront d'une capacité de contact plus grande, c'est-à-dire d'une aptitude plus grande à faire « un » avec la situation : à être en *awareness*.

Les exercices dits *d'awareness* sont donc, en pratique, des exercices de **consciousness en vue d'awareness**. Redisons-le : les pannes de cette dernière, c'est à la *consciousness* qu'elles nous ramènent et c'est la *consciousness* qui s'en occupe. « Qu'est-ce qui se passe ? » Cette question même convoque la *consciousness* : en cela, **la consciousness présente est l'ouvrière de l'awareness future**. On peut dire encore : le consentement à s'arrêter à la *consciousness* (un vécu de dualité : il y a moi, et il y a en moi ou devant moi du non-moi : de l'Autre), c'est le chemin nécessaire pour ouvrir, réouvrir ou élargir la possibilité de *l'awareness* (un vécu d'unité, de participation active créative). En somme, dans toutes les situations difficiles *l'awareness* a besoin de la *consciousness*.

B. Awareness/consciousness : la polarité « présence »

Pour éviter le malentendu courant qui tend à confondre *awareness* et *consciousness*, je propose de rayer ces termes anglais du vocabulaire gestaltiste des francophones que nous sommes et de les remplacer par des termes français. J'affirme, je suis convaincu que nous n'avons pas besoin des mots anglais, que nous avons aujourd'hui suffisamment rendu hommage à Goodman et Perls pour pouvoir adopter, maintenant, un vocabulaire qui honore et valide à la fois notre expérience personnelle et les ressources de notre langue maternelle. Nous n'avons plus à croire, par habitude, peut-être par timidité, peut-être aussi par snobisme, que seul l'anglais peut décrire avec justesse ce qui est à mon sens un repère central de la posture gestaltiste et qui a été souvent employé, dans ce qui précède, pour caractériser l'esprit de cette posture : *la présence*.

Au moment de la *consciousness*, il y a arrêt attentif, affiné, aiguïté sur l'expérience ici-et-maintenant. Il y a inventaire de la situation. Cet inventaire consiste, pour le praticien gestaltiste, à **s'investir dans un constat** attentif, sensible, délicat, ouvert (1) sur lui-même et ses Autres internes, (2) sur l'Autre extérieur (personnes,

objets, contexte...), (3) sur ce qui se passe entre lui et ce ou ces Autres, donc sur l'ensemble de la situation ; en somme d'être présent au *champ au sens lewinien élargi jusqu'à ses ressentis personnels*. Je propose de parler là de **présence attentive**.

Au moment de *l'awareness* il y a engagement de la personne dans l'évolution, la manifestation ou la transformation créative de son champ, sa présence est **investie dans un contact** dont elle est participante au même titre que le partenaire de ce contact (si c'est une autre personne : au même titre que son vis-à-vis). Cette forme engagée de sa présence est co-existante à la bonne santé du contact dans lequel elle s'implique. En français on pourrait la nommer « présence impliquée », ou « présence participante », ou « présence en acte », ou encore « présence immédiate » pour la distinguer de la présence attentive dans laquelle il y a au moins l'ébauche d'un regard non actif et distancié. Le terme **présence engagée** me semble le plus juste et le plus complet.

Dans notre pratique, nous passons sans cesse d'une forme de présence à l'autre : de l'attention à l'engagement et de l'engagement à l'attention. En termes de champ : du champ lewinien incluant nos ressentis de participant (évaluer la situation dans son ensemble) au champ gestaltiste (s'impliquer dans la situation), ou du *qu'est-ce qui se passe là* au *je suis acteur dans ce qui se passe là*, et inversement. La présence attentive et la présence engagée apparaissent ici *en complémentarité polaire* : l'une dans le vécu de la dualité, de l'attente, de l'observation, éventuellement du blocage, l'autre dans le vécu de l'unité, de l'action, de l'engagement, de la création. Polarité puisque, dans la pratique, l'une n'existe qu'en contrepoint de l'autre : la présence attentive à une situation sous-entend la perspective, même lointaine, d'y intervenir activement ou du moins d'en devenir un participant. Inversement tout engagement actif a besoin de moments de prise de distance pour pouvoir

garder son cap. Ou si l'on préfère, la présence attentive dépend de la présence engagée pour pouvoir s'investir dans de nouveaux espaces, et la présence engagée dépend de la présence attentive pour orienter ou réorienter son action.

Cette polarité présence attentive/présence engagée est sœur de celle qui associe déliance et reliance (et de sa forme particulière la polarité différenciation/participation), en ce sens que toutes deux mettent ce qui fait du « deux » et ce qui fait du « un » en relation de nécessaire complémentarité. Une nouvelle illustration de la Gestalt comme voie du milieu : un pied posé dans le « deux », l'autre posé dans le « un ».

L'un des avantages de l'introduction du mot « présence » est le suivant : l'expérience que recouvre ce mot me paraît bien plus facilement accessible que celle que désignent les mots *awareness* ou *consciousness*. Le mot lui-même est clair et nous est familier : être devant, être avec, agir avec ou réagir à, se sentir concerné par ce qui est là, s'impliquer... Dans le langage courant on dit, par exemple, de quelqu'un qu'il est « très présent » dans une situation donnée quand il y est fortement investi, *qu'il y soit actif ou non*, ce qui rejoint les réflexions ci-dessus. Notons que dans les églises catholiques, une veilleuse allumée en permanence symbolise la Présence de Jésus. Notre emploi du mot « présence » n'a aucune connotation de ce genre : nous le prenons dans son acception la plus ordinaire. Mot de tous les jours, il exprime un ressenti largement partageable et se prête facilement à l'échange et à l'élaboration.

Chapitre X

AU CŒUR DE « L'ÊTRE GESTALTISTE », LA PRÉSENCE

1. Goodman encore

Je n'innove pas en proposant le mot de présence à partir d'une réflexion sur *l'awareness*. Goodman lui-même a déjà ouvert ce chemin en écrivant : « *L'awareness n'est qu'un simple état de présence, tant perceptuelle que motrice* »⁹⁸. Il est vrai que cette phrase a été écrite dans des notes postérieures au PHG, ce qui explique qu'elle ne soit que très peu prise en compte. Par ailleurs je me trouve rejoindre aussi, entre autres, Malcolm Parlett et Joseph Zinker, que je citerai plus loin. De plus, comme ces trois auteurs ont écrit en anglais, on peut penser que pour des anglophones non plus, la notion d'*awareness* à usage gestaltiste ne va pas si facilement de soi ; ce qui me donne une marge supplémentaire pour apporter ma contribution personnelle à la question.

2. Les deux formes de la présence dans le cycle du contact

Dans la pratique, à l'occasion de chaque ici-et-maintenant du cycle nous sommes quelque part sur le continuum qui s'étend entre ces deux pôles que sont la *consciousness* et *l'awareness* maintenant explicités en français : présence attentive et présence engagée. J'attire ici l'attention du lecteur sur le fait que j'accorde à la *présence attentive (consciousness)*, dans l'interaction thérapeutique comme dans tout autre réajustement du champ moi/l'Autre, une place tout à fait égale à celle de la présence engagée (*awareness*), contrairement à Goodman qui lui assigne un rôle plutôt second.

⁹⁸ GOODMAN Paul. *Five Years, thoughts during a useless time* (extraits du Journal de Goodman des années 1955-1960), paru dans la revue *Gestalt* n°3, automne 1992, page 52.

J'ai parlé à ce sujet du militantisme de l'ajustement créateur chez notre auteur (IX, 1), et je vais m'en expliquer plus longuement.

Tout d'abord, introduire, comme je le propose ici, la notion de présence sous ses deux formes complémentaires, permet de faire apparaître que l'ajustement créateur des gestaltistes est le fruit d'un enchaînement heureux, mais *non* obligatoire, entre présence attentive et présence engagée.

En effet, considérons un cycle du contact sous sa forme classique : c'est une succession réussie de moments de présence. *Au début et à la fin* du processus, lors du pré-contact (le moment du Ça) et du post-contact (moment de la fonction Personnalité), ma présence est plutôt attentive, centrée sur des liens internes : je les sens, je les constate, je les formule à moi-même ou à un autre, que se passe-t-il ? Que s'est-il passé ? Que suis-je en train de devenir ?

Et *au centre du processus* ma présence est engagée dans un réajustement, une mise en travail des liens internes ou externes selon la situation : c'est la prise de contact et le plein contact, là où le champ (les liens) moi/l'Autre se présente(nt) comme modifiable(s) après avoir été mobilisé(s) au stade du Ça. Dans le cycle du contact classique, ce moment est présenté comme la figure principale, apparaissant sur fond de présence attentive avant et après.

Du point de vue différent proposé ici, la présence attentive et la présence engagée ont des statuts égaux et complémentaires : *chacune peut être figure principale*. Autrement dit, et cela recoupe l'expérience courante, l'ajustement créateur n'est pas en soi obligatoire pour que l'instant présent ait suffisamment d'unité, de sens et de goût. On peut par exemple être dans un moment de contemplation réceptive d'un Autre interne ou externe dont on constate et accepte la différence, et qu'on ne cherche pas à assimiler ou à confronter ; dans cette situation duelle (il y a moi et il y a l'Autre), je

peux néanmoins me sentir non divisé *parce que je consens* à ce qu'il y ait de la division, y compris en moi-même. Chez certaines personnes ce mode d'être est même dominant. Je pense que c'est l'activisme de notre culture occidentale, plus particulièrement dans son incarnation américaine, qui a fait donner par nos fondateurs une place privilégiée à la présence engagée et à son accomplissement l'ajustement créateur, comme si toute dualité devait nécessairement se résoudre dans l'unité. Je ne crois pas cela : la présence attentive à la dualité peut être un accomplissement *elle aussi*.

3. La proposition gestaltiste : une thérapie de la présence par la présence

Dans la pratique souple, on pourrait dire patiemment artisanale, de cette dynamique polaire présence attentive/présence engagée, je vois l'essence du projet gestaltiste, son originalité spécifique. Praticiens présents attentifs *et* engagés, nous travaillons à réveiller chez nos patients-clients leur capacité de présence attentive et engagée, là où elle est handicapée par les difficultés de leur vie passée ou actuelle. Ce qui peut aussi s'exprimer, ayant dit adieu aux mots anglais dont nous n'avons plus besoin, en nous définissant, nous gestaltistes, comme *thérapeutes de la présence du client par la présence du thérapeute*. C'est-à-dire que nous nous tenons là, partenaires attentifs et engagés ici-et-maintenant dans le lien qui s'est mobilisé entre nous-mêmes et nos vis-à-vis, ouvrant à ceux-ci la possibilité de faire de même. Comme aussi nous pouvons souhaiter être présents à nos relations avec nos intimes, nos collègues, nos voisins, nos collectivités familiales et sociales, et de proche en proche avec le vaste univers qui nous a créés et que nous habitons.

Ici et suite aux réflexions qui précèdent, *la présence apparaît comme la base* de la posture du praticien gestaltiste qui, quoi qu'il arrive, se tiendra présent dans le champ du client-patient, quelque

part sur le riche continuum qui s'étend entre les deux pôles de la présence : la présence attentive – quand il est surtout réceptif – et la présence activement engagée – quand il s'implique comme acteur dans un épisode de contact.

Plus précisément, j'observe que *la présence attentive opère un travail thérapeutique aussi indispensable que la présence activement engagée*. D'après Perls et Goodman, l'approche gestaltiste a pour horizon explicite la restauration, chez notre client-patient, du contact et de la fluidité de *l'awareness* quand du nouveau apparaît dans le champ, c'est-à-dire la restauration de ce que j'appelle la présence activement engagée. Or, concrètement cette orientation risquera d'être mal appliquée : par exemple elle pourra pousser notre client à un activisme et à des réussites de surface si, au départ, le *constat* de ce que contient déjà la situation dans son ensemble n'est pas suffisamment clair et large.

Ce processus d'ouverture progressive du champ de notre vis-à-vis (d'élargissement du faisceau de ses liens rendus conscients, mobilisables en contacts) peut représenter en fait de nombreuses heures de travail patient, parfois encombré de répétitions, sans ligne directrice vraiment claire, consacré à mettre correctement en perspective les composantes multiples de l'alchimie interne ou relationnelle en cours. C'est le travail de la présence attentive, où la réceptivité du thérapeute est constamment à la tâche. Par exemple dans les cas suivants :

- le client-patient hyper-efficace : c'est un responsable, un battant, un décideur, habitué à avoir affaire à des modifications de son champ dans les registres par exemple matériel, financier, politique ; il sait donc très bien s'engager activement dans l'environnement impersonnel extérieur. S'il vient nous voir, c'est qu'il lui manque de savoir être présent, de manière beaucoup plus attentive

et tranquille, par exemple à ce qu'il est ou vit avec lui-même, avec ses proches, sa femme, ses enfants, ses amis ; dans ces domaines-là il a tout à apprendre, à regarder, à sentir, il n'est pas question qu'il y ait des conclusions à tirer, des décisions à prendre : il a d'abord à faire l'expérience, *validée par nous*, d'être là, ouvert, réceptif à ce qui se déroule entre lui et lui-même et entre lui et les autres.

- le client-patient « sauveur » : il est performant en matière de présence aux personnes en difficulté (c'est le cas de nombreux professionnels de la relation d'aide) mais handicapé pour ce qui est de la présence à soi-même (à ses Çà, ses liens internes) au point d'ignorer ses propres désirs, voire ses propres besoins ;

- le client-patient « extra-terrestre » : sa souffrance première est de « n'être pas d'ici », de ne ressentir aucun sentiment d'appartenance : il est venu d'ailleurs, arrivé par hasard dans un univers étranger qui ne le concerne pas vraiment, même s'il a appris à y jouer des rôles. Par rapport à cette souffrance de déliance profonde : non-appartenance, décalage, inutilité de base, la proposition du thérapeute d'entrer dans un mode de présence active – dans un épisode d'ajustement créateur avec quelque Autre que ce soit – risque d'être hors sujet : il faut d'abord accueillir et apprivoiser le voyageur qui vient de si loin. Et pour cela donner du temps à un constat attentif et affiné de son vécu, là où des propositions d'interactions risqueraient de le désorienter, ou plus simplement de mettre en route chez lui des scénarios déjà connus, des réponses préfabriquées, pour l'essentiel sans substance créative.

4. Autres regards gestaltistes sur la présence : Joseph Zinker, Malcolm Parlett, Sylvie Schoch

D'autres auteurs gestaltistes se sont référés à la notion de présence, y compris des auteurs anglophones pour lesquels le problème de traduire « *awareness* » n'existe pas : pour eux aussi la

présence est au cœur de l'« être gestaltiste ». Ainsi Malcolm Parlett écrit : « *Je pense parfois que la plus grande fonction que nous ayons comme thérapeutes, est celle d'être pleinement présents, d'être clairs, d'être « entièrement là », avec une conscience disponible... Je soutiens qu'en étant simplement et complètement présents, nous aidons déjà à structurer le champ commun en donnant plus de vie.* »⁹⁹

M. Parlett cite ensuite longuement Joseph Zinker sur ce même thème : « *La présence fait référence à cet état particulier d'être pleinement là de tout notre être, corps et âme. C'est une façon d'être, sans rien faire. La présence implique d'être ici pleinement, ouvert à toutes les possibilités... La présence du thérapeute est le « fond » sur lequel la figure d'un autre self [celui du patient] peut s'épanouir, briller, ressortir totalement et clairement... Quelques fois sont thérapeutes ceux qui, tout simplement, ont toujours eu de la présence. Ils semblent être nés ainsi. [Cependant] la plupart des gens acquièrent de la présence grâce au continuel martèlement du temps... qui leur rappelle... combien ils ont à apprendre et combien ils savent peu de choses. La présence est un état de crainte qui s'acquiert face à un univers infiniment complexe et merveilleux.* »¹⁰⁰

Malcolm Parlett et Joseph Zinker parlent donc de la présence comme attitude centrale du thérapeute gestaltiste, mais dans les textes cités ici ils ne poussent pas la réflexion plus loin. Sylvie Schoch de Neuforn par contre a écrit un texte fouillé intitulé « *La présence, une forme de soutien en Gestalt thérapie* »¹⁰¹. Elle appelle la présence la « *position non objectivante du thérapeute* », qu'elle

⁹⁹ Cf. note 83 (VIII, 1A) : PARLETT Malcolm, p. 39-40

¹⁰⁰ *ibidem*

¹⁰¹ SCHOCH DE NEUFORN Sylvie, « La présence, une forme de soutien en Gestalt thérapie », *Cahiers de Gestalt thérapie* n°0, 1996, p. 83-104.

situé dans le registre de « *l'être-avec* ». Plus loin, elle fait notamment la distinction entre la présence au champ et la présence dans le champ, dont elle écrit : « *Présence au champ et présence dans le champ sont les deux aspects intégrés d'un même processus...* » Plus loin encore elle évoque les modalités « *complémentaires* » de la présence que sont « *introduire l'intention dans le champ* » et « *relâcher l'intention* ». Je vois des proximités fortes entre cette description de la présence comme « *être-avec* », avec son aspect double mais « *unifié* », et les positions auxquelles j'arrive de mon côté quand je parle de présence engagée (que je rapproche de présence dans le champ) et de présence attentive (que je rapproche de présence au champ).

L'une des différences entre l'analyse de Sylvie Schoch et la mienne est la suivante : elle introduit la présence, ce « *terme qui résonne en chacun de nous en référence à sa propre expérience* » et souhaite ainsi « *proposer au sensible et à l'imaginaire, en l'incarnant en quelque sorte, le concept combien abstrait du self dans la théorie gestaltiste.* » Quand j'introduis moi aussi la présence, ce n'est pas pour éclairer la notion de *self* (je suis d'accord qu'elle a besoin d'être rendue concrète, je m'y emploie au prochain chapitre), c'est pour servir de *nouvelle* référence permettant, entre autres, de ne plus avoir affaire aux ambiguïtés de *l'awareness* ; « *entre autres* », car il me semble que ma proposition pourrait avoir aussi d'autres effets réorganisateur dans notre paysage théorique et dans notre pratique ; et notamment autour du *self*, « *combien abstrait* » pour bien d'autres gestaltistes que Sylvie Schoch.

5. Les orientations de la présence

Mentionnons brièvement quelques-uns des éclairages qu'apporte à mon sens la notion de présence. Zinker remarque que la présence, active ou attentive, pourrait être complètement naturelle

chez certains thérapeutes : ils seraient « nés ainsi », globalement capables de présence. Mais il voit bien que pour la plupart, c'est une aptitude qui s'acquiert et se développe avec l'expérience ; je souligne quant à moi que l'idée de présence « innée » a un parfum individualiste oublieux du fait que, dans la pratique, la qualité et la forme de notre présence varient largement selon les Autres avec lesquels nous interagissons et selon le contexte de cette interaction. Nos clients-patients viennent chercher chez nous une présence qu'ils ont besoin d'apprendre à pratiquer eux-mêmes, mais notre présence de praticiens a ses limites et ses orientations particulières.

Commençons par les limites : selon nos dispositions personnelles du moment nous pourrions par exemple être très attentifs et engagés dans ce qui se passe chez nos vis-à-vis, au point d'exclure de notre champ *et* notre subjectivité (nos ressentis, désirs, lassitudes, etc.), *et* l'environnement extérieur (la pièce, les bruits de la rue, l'heure qui passe, les événements du jour...), perdant ainsi de vue certains Autres auxquels il serait pourtant thérapeutiquement utile de faire de la place. Ou bien, avec le patient suivant, nous serons au contraire très présents à nous-mêmes, ou à un diagnostic que nous aurons porté sur lui, si bien que nous croirons juste de lui proposer nos ressentis ou nos initiatives, bref nous l'inviterons à travailler dans *notre* champ du moment, sans prendre garde au fait que son champ à lui ne recoupe peut-être en rien le nôtre.

Concernant les orientations de notre présence, il s'agit ici de l'éventail des registres de la relation soignante décrits au chapitre VIII (où ils sont désignés « champs » au sens général, non spécifiquement gestaltiste du mot) : dans chaque circonstance particulière de notre pratique, où est-il le plus approprié, où sommes-nous le plus enclins à nous placer avec la personne que nous avons en face de nous ? Est-ce dans une présence d'orientation plutôt scientifique-médicale (prise de recul : diagnostic, traitement), ou plutôt le-

winienne (manipulation judicieuse de la situation), ou plutôt engagée dans le champ moi/l'Autre (l'aventure spécifiquement gestaltiste, avec le client-patient, du lien qui devient contact), ou plutôt dialogale (recherche d'un frère en humanité) ? Avons-nous à marier ou à faire se succéder deux ou plusieurs de ces orientations ? Concrètement, celle qui sera la plus adéquate dépend de *nos domaines de plus grande sensibilité, qui seront aussi ceux de nos meilleures compétences* à condition d'avoir été suffisamment identifiés puis travaillés ; et inversement, dans d'autres domaines nous sommes moins sensibles donc potentiellement moins compétents.

La conséquence pratique du fait que nos sensibilités personnelles orientent notre présence est que, par exemple, nous proposerons plutôt une écoute attentive ou plutôt des expérimentations, nous travaillerons mieux ou moins bien avec des adultes qu'avec des enfants, les adolescents nous feront peur ou nous stimuleront, nous serons plus présents aux enjeux narcissiques qu'aux enjeux sexuels ou inversement, nous serons à l'aise ou non dans le travail intrapsychique, nous accueillerons volontiers ou non les préoccupations spirituelles de nos patients, et ainsi de suite.

6. La présence en pratique¹⁰² : vers la sensibilité « nous » au-delà des centrages sur « moi » ou sur « l'Autre »

La Gestalt n'a évidemment pas le monopole de la présence : ce n'est pas elle qui l'a inventée. Cependant en posant dès le départ comme centrales les notions de champ moi/l'Autre, de contact, et de là celle de présence engagée (*l'awareness* de Goodman) elle appelle, plus explicitement que toute autre approche philosophique ou thérapeutique, à être sensible à « moi-ensemble-avec-l'Autre »

¹⁰² Le présent paragraphe et le suivant s'inspirent d'un article que j'ai publié dans la revue *Synodies* du GRETT (Groupe de recherche et d'étude en thérapie transpersonnelle), n°1, 2004, pages 11 à 16.

(je reprends ici des réflexions déjà abordées aux chapitres IV, VI, VII). Cette **sensibilité « nous »** ne sépare pas ce qui m'arrive à moi de ce qui arrive à l'Autre, elle est présente à « moi+l'Autre ». C'est ce que reflète, au moment du plein contact, la notion goodmanienne de « mode moyen » (cf. VI, 6C), qui reflète que l'Autre et moi formons *une unité* interactive qui est *notre* affaire, *notre* aventure partagée d'un lien devenu contact : ce n'est pas moi seul qui en ai l'expérience, ni l'Autre seul, c'est ensemble *nous*, l'Autre et moi. Assez évident si l'Autre est une personne, moins peut-être si c'est un Autre interne (intuition, sensation, sentiment, rêve...), qui pourtant, sur le fond, s'avère être lui aussi un partenaire à part entière.

Par contraste avec la sensibilité « nous », nous développons une **sensibilité « moi »** unilatérale quand, centrés sur nos enjeux personnels et nos vécus subjectifs nous ignorons l'Autre extérieur ; ou inversement nous mettons au travail une **sensibilité « l'Autre »**, elle aussi unilatérale, quand nous nous focalisons sur le monde extérieur en repoussant à l'arrière-plan nos ressentis subjectifs. Cette dernière orientation est requise, ou du moins dominante, dans les postures scientifique-médicale et lewinienne.

Le besoin de la forme « nous » de sensibilité et de présence se fait d'autant plus fortement sentir, dans nos sociétés d'aujourd'hui, que le modèle individualiste « moi » de l'accomplissement personnel *contre*, ou *au-dessus*, ou *sans* les Autres atteint ses limites et perd son sens : beaucoup d'entre nous ressentons l'invitation forte, voire la nécessité, de nous rapprocher de ceux de nos semblables qui, avant leurs éventuels savoirs, statuts sociaux, doctrines ou savoir-faire, sont relationnellement humains et vivants, c'est-à-dire engagés dans l'aventure consentie de la présence à l'Autre.

Ainsi, pour qu'un enfant puisse s'ouvrir en confiance à n'importe quel apprentissage, ce qu'il lui faut c'est d'abord la présence

simple et attentive de son parent ou de son enseignant. De même, pour le thérapeute à qui son vis-à-vis confie ses vides, ses terreurs ou ses découragements intimes, ce qui est attendu, ce qui soigne, ce qui donne confiance, ce qui permet le changement, c'est qu'il soit personnellement présent à ce vis-à-vis : qu'il lui fasse la place d'être ce qu'il est là, dans l'instant, *et d'être autre chose encore, offrant ainsi un espace pour la transformation espérée*. Être présent, c'est non seulement écouter, mais aussi engager ses propres ressentis, et répondre aux questions (contrairement au tic malheureux du psychanalyste « chirurgien ») avec simplicité, au moins pour dire qu'on ne veut pas répondre ou qu'on ne le peut pas. C'est enfin ne se faire une bannière ni de Freud ni de Jung ni de Perls, ni de qui que ce soit d'autre : prendre la responsabilité directe d'être ce que l'on est ici-et-maintenant avec ce vis-à-vis-là, ressentant par rapport à lui (même si on ne le dit pas) quelque chose comme : *nous, toi et moi...* C'est donc, aussi, être suffisamment présent à soi-même pour sentir, et vérifier si possible dans la situation du moment, si les attentes de ce vis-à-vis sont décalées ou abusives par rapport à ce qu'on lui propose. Si la relation est difficile, être attentif à ne pas se retrancher dans une position défensive ou jugeante ; et si l'on pose devant l'autre ce qu'on croit savoir ou deviner de lui, accepter les risques correspondants d'incompréhension, de refus, de blessure ou de conflit, et être prêt à entrer dans le travail relationnel qui devra s'ensuivre avec ses imprévus voire ses blocages, mais aussi avec les belles perspectives du « nous ».

Ces réflexions annoncent donc le thème du « nous », déjà abordé en VI, 6C, qui fera l'objet des chapitres XVII et XVIII. Il ne s'agira là plus seulement du « nous » de l'aventure localisée *d'un lien* qui devient contact, mais de la succession suivie de contacts qui compose l'aventure plus large *d'une relation* durable, comme peut l'être entre autres une relation psychothérapeutique.

7. Témoigner qu'on peut, qu'on doit *désapprendre d'avoir à se débrouiller seul*

Être présent dans l'aventure du lien au sens large, c'est-à-dire l'aventure durable d'une relation, c'est en somme ne pas vouloir, ne pas pouvoir se cantonner dans l'isolement individualiste des sensibilités « moi » ou « l'Autre » qui, tacitement ou explicitement, invite chacun à apprendre à se débrouiller seul. C'est consentir à être lié *aussi* dans le sens de la reliance – ce qui rapproche –, autrement dit vouloir *être librement reliant* et en témoigner : se reconnaître et se montrer solidaire de l'autre en tant qu'humain embarqué dans la même aventure humaine, conscient mais désencombré d'une différence trop « verticale » des statuts (thérapeute/client, professeur/élève, bien portant/souffrant...). C'est se sentir concerné, chez notre vis-à-vis, par sa globalité : sa relation conjugale désertique et son aspiration à trouver sa juste place dans l'univers, son cœur à la fois embrouillé et généreux, son intellect exigeant, son agressivité extrême et sa précieuse fragilité, les énergies sauvages de sa sexualité et ses ressources de partage et de tendresse, ses élans d'ouverture et ses mécanismes à rendre la relation invivable. Bref, nous serons présents si nous sommes surtout et d'abord mobilisé, disponible, debout en face, ouvert, simple.

Il a toujours existé des personnes « présentes », et je crois qu'il en sera de plus en plus demandé. Cependant, chez les professionnels de la relation d'aide il arrive souvent que l'élan du cœur précède l'ouverture de l'esprit, ou au contraire que le savoir intellectuel mette le cœur à l'arrière-plan ; il est pourtant essentiel que l'un et l'autre s'équilibrent, car la juste distance avec l'Autre ne se suffit ni du sentimentalisme, ni de la sécheresse « sachante ». Ces personnes qui veulent être « présentes » devront donc être sensibilisées et formées à la présence « nous » sous ses différentes formes : éveillées à une ouverture du cœur *et* de l'esprit qui s'adresse

à elles-mêmes comme au reste du monde, et à la simplicité qui en découle naturellement dans les relations. Dans la pratique cette formation devra comporter :

- le travail sur soi, prérequis incontournable pour ne pas être débordé ou piégé par des enjeux personnels trop envahissants, qui auraient pour effet d'installer entre soi et l'autre une relation de pouvoir ;

- l'apprentissage d'une méthode thérapeutique avec ses bases philosophiques (qu'est-ce l'homme, qu'est-ce que le bonheur ou la joie de vivre, qu'est-ce que la souffrance... ?) ;

- l'acquisition d'une culture suffisamment large sur les mille manières dont les hommes ont rencontré et compris le vivant qui, dans un environnement suffisamment harmonieux et nourrissant, naît, grandit, se différencie sans s'isoler, se relie fructueusement aux autres et au monde, puis disparaît en accord avec lui-même et le monde ; et l'acquisition d'une culture elle aussi suffisamment large sur les mille manières dont on peut naître mal, grandir dans la peur, se différencier dans le clivage ou la rupture, être relié dans la guerre, et mourir dans la souffrance et le désespoir ;

- et enfin, dernier point qui se rattache au précédent, il faudra avoir une expérience personnelle liée à l'aspiration que jusqu'ici on a appelée spirituelle, c'est-à-dire l'aspiration qui nous relie au plus grand que nous, et de là à l'universel.

Ces personnes, en somme ces « présents » (sous-entendu : à l'aventure du lien avec l'Autre), il faudra peut-être les appeler autrement que « thérapeutes » au sens limité de réparateurs de vies abîmées ; j'y reviendrai dans les dernières pages de ce livre. Professionnels oui – c'est-à-dire sérieusement formés à une approche ou à une autre, consciencieux et fiables –, mais d'abord présents. Qu'est-ce qui distingue un « présent » par rapport à quelqu'un

d'autre ? C'est un choix relationnel inspiré par un esprit de reliance ouverte, préexistant à l'adhésion à une théorie ou à l'acquisition d'une compétence : ne pas se laisser séduire ou emporter par une logique de *différenciation sans contrepartie* que suivrait une logique de rapports de force. Car la différenciation à elle seule questionne les liens de reliance ouverte jusqu'à les diaboliser : s'il n'y a que la différenciation, il n'y a plus de semblables ni de proches : un psychanalyste n'est pas du tout un gestaltiste, une rose n'est pas du tout une marguerite, un lion pas du tout un lapin, un homme pas du tout une femme, un Européen pas du tout un Africain, etc. ; il y a donc forcément des conflits de sensibilités, de territoires, de pouvoir, des rapports de conquête et de soumission, de prédateur et de proie, de supérieur et d'inférieur, dont la seule issue visible est la dévoration de l'autre ou l'élimination de sa différence. Chacun peut facilement voir, au niveau des peuples ou des groupes, jusqu'à quels ravages répressifs ou exterminateurs cet instinct de « solution finale » a pu mener et mène encore de nos jours. On voit souvent moins l'effet plus ou moins insidieux de l'esprit de rapport de forces dans la vie quotidienne : les jugements, critiques, ironies, évitements, refus, dévalorisations qui jalonnent nos relations avec nous-mêmes (« naturellement » j'ai raté, « bien sûr » je devrais être ou ne pas être ceci, ressentir cela, etc...), et qui peuvent jalonner aussi nos relations avec les autres, quand le réflexe de garder tout le pouvoir pour soi-même l'emporte sur l'instinct d'un partage des responsabilités librement proposé et librement accepté.

Ce n'est pas mon propos ici d'examiner de plus près la question complexe de ce qui associe la dynamique de différenciation et les rapports de force. Mais je veux souligner ceci : le lieu de la psychothérapie est dans son essence une alternative aux relations où les différences *non* assimilées, et donc les rapports de forces, sont au premier plan chez nos clients-patients. C'est précisément

de cela que se détache le thérapeute « présent », ce qu'il travaille à *ne pas être* dans sa vie ni dans son métier, ce devant quoi il s'élève et se mobilise : l'absence, le « se débrouiller seul », l'être ailleurs, l'être soi-disant « objectif », l'être méfiant, l'être ennemi, en somme l'« être délié » qui évite activement – chat échaudé craint l'eau froide – toute reliance. Aux différences, aux malentendus, aux rejets, aux attaques, aux abandons, aux étouffements des reliesances emprisonnantes, il oppose autant qu'il le peut une présence ouverte, patiente et persévérante. Il n'est pas forcément pacifique puisque, pour ne pas cautionner l'absence, il peut avoir à se battre. L'essentiel est que, tranquille ou guerrier, socialement visible ou simple artisan de l'intime, il reste un veilleur de la flamme précieuse de l'« être librement relié et librement reliant ».

8. Les outils multiples de la présence dans le lien thérapeutique

Il en a déjà été question notamment à propos du champ lewinién (VIII, 1C). Je les reprends ici.

- *L'écoute et la parole* sont bien sûr des instruments courants de la présence dans le lien : l'écoute et la reformulation pour la présence attentive, la parole pour la présence engagée, appuyée sur nos ressentis, nos images, nos intuitions. Mais il y a des situations où l'écoute semble être un accueil insuffisant, et où la parole reste non reçue : dans les deux cas la personne en face ne ressent pas la présence dont elle a besoin, et de notre côté nous doutons notre efficacité de thérapeutes. Il faut donc trouver d'autres ouvertures.

- *Les objets, l'expérimentation, la mise en acte.* L'exemple imaginaire du client chinois sourd-muet (VII, 4) suggère des chemins hors parole, justement : les objets médiateurs par exemple (la bougie dans ce cas précis) et les mises en acte qu'ils permettent. Toutes sortes de médiateurs sont imaginables : quant à moi j'utilise les billes de verre coloré, les planchettes de bois du jeu de Kapla, le

dessin sur tableau blanc ou sur papier, la pâte à modeler, la ficelle, des pierres... et nombre d'autres objets disponibles qui prennent du sens pour nos vis-à-vis ou pour nous-mêmes. Un jour une cliente s'est saisie de grands clous posés sur une étagère proche pour les lancer (avec mon accord) contre le mur en face d'elle, exprimant ainsi une colère rageuse trop longtemps rentrée. Une autre fois, un client est allé se coiffer de mon bonnet de laine accroché au portemanteau ; dans une autre occasion ce sont mes coussins qui ont été jetés avec jubilation à travers la pièce, par une personne ayant besoin de mettre « enfin du désordre » dans sa vie trop rigoureusement ordonnée.

- *Nos propres personnes physiques* : nos gestes, nos mouvements, nos expressions de visage, notre regard, ce que nous laissons voir de nos ressentis ou émotions, le fait de nous lever et de nous déplacer dans la pièce en nous rapprochant ou en nous éloignant de notre client-patient, l'invitant à identifier ce qui lui convient ou non ; et éventuellement et avec précautions, l'affrontement et le contact physiques pour explorer des situations problématiques, redoutées ou souhaitées.

- *Et dans le travail en groupe*, les expérimentations et les mises en acte peuvent aussi, bien sûr, se faire entre participants à l'initiative du thérapeute quand celui-ci, attentif aux obstacles rencontrés par la ou les personnes qui travaillent, propose de les mettre en scène en les personnifiant (posture plutôt lewinienne).

Voilà quelques possibilités parmi beaucoup d'autres pouvant illustrer notre approche en tant que *thérapie de la présence du client* à lui-même, à sa vie, à la situation en cours, *conviée et accueillie par la présence du thérapeute* à la situation avec son vis-à-vis quand il ressent, réfléchit, témoigne, reformule, partage, suggère, questionne, fait silence.