

Pour un OPTIMISME tragique¹

Victor Emil Frankl

Pour Norbert Goutmann

Dans une précédente livraison de *Controverses*², nous avons présenté un premier texte de V.E. Frankl (1905-1997). Il s'agissait d'une introduction à la fois dense et accessible aux principes de la logothérapie. Le texte qui suit développe, à partir de la même perspective, une conception de l'existence et du libre arbitre ouverte sur les périls auxquels l'histoire contemporaine expose l'humanité, tant sur le plan individuel que collectif. On y retrouve les notions fondatrices de la « troisième école de psychologie de Vienne », après la psychanalyse de S. Freud et la psychologie individuelle de A. Adler. Rompant tour à tour avec ces deux mouvances, récusant le pan-déterminisme du premier et le sociologisme du second, Frankl, après avoir traversé l'épreuve des camps hitlériens, a développé une clinique fondée sur le postulat de la quête du sens, catalyseur ultime de toute vie humaine. Peu connus en France, ses travaux connaissent une réception importante dans les pays anglo-saxons. Les idées de Frankl excèdent de beaucoup le strict champ de la psychologie clinique et de la psychanalyse dont ils renouvellent par ailleurs les postulats dans la mesure où elles permettent d'articuler une conception de l'humain qui tranche avec le nihilisme de l'époque.

Traduit de l'anglais et présenté
par Georges-Elia Sarfati

La triade tragique

Commençons par nous demander ce que recouvre l'expression « un optimisme tragique ». En bref, elle veut dire que l'on est, et que l'on demeure optimiste en dépit de la « triade tragique » (ainsi qu'on l'appelle en logothérapie), une triade constituée par ces trois aspects de la vie humaine que sont : (1). La souffrance, (2). La culpabilité, (3). La mort.

Cette réflexion traite de la question de savoir comment il est possible de dire oui à la vie en dépit de tout cela. Ou, en d'autres termes : Comment la vie peut-elle garder toute sa valeur de sens potentiel en dépit de ses aspects tragiques ?

Après tout, « dire oui à la vie en dépit de tout » présuppose que la vie est potentiellement pleine de sens, quelles qu'en soient les conditions, fussent-elles les plus malheureuses. Et ceci présuppose en retour l'aptitude humaine à changer l'aspect négatif de la vie en quelque chose de positif et de constructif, en faisant preuve de créativité.

En d'autres termes, cela suppose qu'il soit possible d'atteindre au meilleur à partir de n'importe quelle situation donnée.

Cependant « le meilleur » coïncide avec ce qu'en latin on appelle l'*optimum* ; d'où la raison pour laquelle je parle, quant à moi, d'un optimisme tragique, c'est-à-dire, d'une attitude optimiste face au tragique de l'existence, mais compte tenu, précisément, de l'aptitude humaine qui, dans le meilleur des cas, permet : (1). De changer la souffrance en motif de réalisation et d'accomplissement, (2). De tirer du sentiment de culpabilité l'occasion de se changer soi-même pour le mieux, et (3). De déduire du caractère éphémère de la vie l'envie d'opter pour une conduite responsable.

On doit cependant garder à l'esprit que l'optimisme n'est pas quelque chose qui se commande. On ne peut obliger quiconque à se montrer aveuglément optimiste, contre toute probabilité, ni même envers tout espoir.

Et ce qui est vrai de l'espoir l'est aussi des deux autres aspects de la triade tragique, dans la mesure où la foi et l'amour ne peuvent non plus être ni commandés, ni ordonnés.

Quête de sens et « hyper-intention »

Pour l'Européen, c'est une caractéristique de la culture Nord-Américaine de pouvoir « être heureux » sur commande. Mais le bonheur ne peut pas être poursuivi sans motif ; il doit résulter d'une certaine attitude. On doit avoir une vraie raison d'être heureux. Une fois que cette raison d'être a été trouvée, c'est alors seulement que l'on fait l'expérience du bonheur.

Comme on le voit, un être humain n'est pas, par définition, en quête du bon-

heur, il est plutôt en quête d'une raison d'être heureux, à partir du moment où il a actualisé le potentiel de sens inhérent à une situation donnée.

Cette nécessité de trouver une raison est la même dans un autre phénomène spécifiquement humain – le rire. Si vous voulez faire rire quelqu'un, vous devez lui donner une raison de rire, vous devez, par exemple, lui raconter une histoire drôle. En aucun cas, il n'est possible de susciter le rire chez autrui en le pressant de rire, ou en lui demandant de se forcer à rire. Procéder de la sorte serait du même ordre que de demander aux gens de prendre la pose devant un appareil de photographie en disant « cheese », pour finalement se rendre compte que leurs visages sont figés dans des sourires artificiels.

En logothérapie, un tel modèle de comportement est appelé « hyper-intention ». Il joue un rôle important dans le déclenchement des névroses sexuelles, qu'il s'agisse de frigidité ou d'impuissance. Ainsi, plus un patient, au lieu de s'oublier lui-même, en se donnant tout entier, se met en tête d'atteindre l'orgasme, c'est-à-dire le plaisir sexuel, plus sa recherche obstinée du plaisir s'avère décevante. Et là, bien entendu, ce que la psychanalyse appelle le « principe de plaisir » devient plutôt un brise-joie³.

Lorsque la quête de sens est couronnée de succès, cela ne rend pas seulement cette personne heureuse, cela lui donne aussi la capacité de faire face à la souffrance.

Dimensions de la quête de sens

Et qu'arrive-t-il lorsque la quête de sens a été menée en vain ? Le plus souvent, il en résulte une issue fatale. Souvenons-nous, par exemple, de ce qui advient parfois dans des situations extrêmes telles qu'en vivent des prisonniers de guerre dans des camps de rétention ou des camps de concentration. D'après le témoignage de soldats Américains, on retrouve dans les camps de prisonniers un modèle de comportement qu'ils nomment « état de renoncement ». Dans les camps de concentration, ce comportement était analogue à celui de certains déportés qui, un matin, à cinq heures, refusaient de se lever et d'aller travailler ; au lieu de quoi, ils restaient dans le baraquement, sur la paille au milieu de l'urine et de leurs excréments.

Rien alors, ni les avertissements, ni les menaces, ne pouvaient les amener à changer d'état d'esprit.

A ce moment-là, quelque chose de typique se produisait : ils tiraient du fond de leur poche une cigarette qu'ils avaient dissimulée et se mettaient à fumer. Dès cet instant, nous savions que dans les quarante-huit heures ils seraient morts. Le sens de la vie, toute quête de sens, les avait déserté, faisant place à la recherche d'une satisfaction immédiate.

Dépression et souffrance

Cela ne nous évoque-t-il pas une situation analogue, une situation à laquelle nous sommes aujourd'hui confrontés ? Je pense à ces très jeunes gens qui, à une échelle planétaire, parlent d'eux-mêmes comme la génération « sans future »⁴. En ce qui les concerne, ce n'est pas aux cigarettes qu'ils ont recours, mais aux drogues. En fait le scénario de la drogue n'est que l'aspect extérieur d'un phénomène de masse généralisé : le sentiment de non-sens qui résulte lui-même d'une frustration de nos aspirations existentielles. Dans nos sociétés industrialisées, cet état de fait est devenu un phénomène universel.

Aujourd'hui les logothérapeutes ne sont pas les seuls à affirmer que le sentiment de perte de sens joue un rôle de plus en plus important dans l'étiologie des névroses. Comme Irvin D. Yalom le dit dans *Existential Psychotherapy*⁵ : « Sur quarante patients qui demandent à suivre une psychothérapie, douze (soit trente pour cent d'entre eux) souffrent de problèmes majeurs liés au sentiment de non-sens (selon les sondages, les thérapeutes ou encore des sources indépendantes). »

A plusieurs milliers de kilomètres de là, à Palo Alto, la situation ne diffère que de un pour cent ; la statistique la plus récente et la plus fiable indique encore qu'à Vienne, vingt neuf pour cent de la population se plaignent de ce que leur vie est vide de sens.

Pour expliquer la cause de ce sentiment de non-sens, on pourrait arguer, quoiqu'il s'agirait d'une explication des plus simplistes, que les si les gens ont largement *de quoi* vivre, rien ne justifie à leurs yeux *pour quoi* ils vivent. En somme, ils ont les moyens de vivre, mais sont dépourvus de raison d'être.

Bien entendu, certains d'entre eux n'ont même pas de quoi vivre. Je pense tout particulièrement à la multitude de gens aujourd'hui au chômage. Il y a une cinquantaine d'années, j'ai publié une étude⁶ sur un type spécifique de dépression diagnostiquée sur de jeunes patients qui souffraient de ce que j'ai alors proposé d'appeler « névrose de désœuvrement ». J'ai démontré que cette névrose s'enracine dans une compréhension doublement fautive de sa véritable nature : le fait, pour quelqu'un, d'être sans emploi, équivalait au fait d'être inutile, et être inutile équivalait au fait de vivre une vie dénuée de sens. Par conséquent, chaque fois que je réussissais à persuader les patients en question de se porter volontaires dans des organisations de jeunesse, ou de formation pour adultes, les bibliothèques publiques, etc. – en d'autres termes, dès que ces patients étaient en mesure d'occuper leur temps par une activité dotée de sens, fut-elle non rétribuée, la dépression dont ils souffraient disparaissait, même si leur situation économique n'avait pas changé et que leur colère était la même. La vérité est que l'être humain ne se satisfait pas seulement de bien être matériel.

A côté de la névrose de désœuvrement, dont les causes sont socio-économiques, il existe d'autres sortes de dépressions que l'on peut aussi rapporter à des déterminations psychodynamiques ou biochimiques. En conséquence, la psychothérapie et la pharmacothérapie sont également recommandées en fonction des cas.

Dans la mesure où la dépression implique ce sentiment de manque de sens, nous ne devons cependant pas perdre de vue, ni oublier, que *per se*, l'expression d'un symptôme névrotique plaide, au contraire, en faveur de l'humanité de l'homme. Et bien qu'il ne soit induit par aucun facteur pathologique, ce symptôme peut être la cause d'une attitude pathologique.

En d'autres termes, ce sentiment est partiellement pathogène. Il suffit de considérer le syndrome névrotique si communément répandu dans la jeune génération : il apparaît clairement que les trois facettes de ce symptôme que sont la dépression, l'agression, l'addiction sont dus à ce que la logothérapie appelle le « vide existentiel », c'est-à-dire un sentiment de vide et de perte de sens.

Il va sans dire que chaque cas de dépression ne peut pas être rapporté à ce sentiment de perte ou de manque de sens, pas plus que l'on ne peut affirmer que le suicide – où l'état dépressif intervient parfois – résulte toujours d'un tel sentiment de vide existentiel. Mais même si chaque cas de suicide n'est pas *consécutif* à un sentiment de perte de sens, il se pourrait bien que la pulsion suicidaire d'un individu aurait pu être surmontée si celui-ci avait vraiment trouvé un sens à sa vie.

Aussi, si un fort investissement du sens joue un rôle décisif dans la prévention du suicide, qu'en est-il d'une intervention dans le cas où le risque de suicide est bien réel ?

Lorsque j'étais jeune médecin, j'ai passé quatre ans dans le plus grand hôpital d'Autriche où j'avais la responsabilité d'un pavillon où l'on soignait les patients les plus sévèrement atteints de dépression. La plupart d'entre eux y avaient été admis après une tentative de suicide. J'ai pu ainsi estimer qu'au cours de ces quatre années, j'ai dû traiter environ douze mille patients.

L'expérience que j'y ai alors acquise s'avère des plus précieuses lorsque je suis confronté à quelqu'un qui est en proie à une pulsion suicidaire. J'explique alors à cette personne que les patients m'ont toujours dit combien ils étaient heureux que leur tentative de suicide ait échoué. Des semaines, des mois, des années plus tard, ils confient qu'il y avait bel et bien une solution à leur problème, une réponse à leur question, un sens à leur vie. Si les choses prennent un tour *défavorable*, fut-ce dans un cas sur mille, je poursuis mon explication : « Qui peut garantir que, dans votre cas, cela ne serait pas arrivé, tôt ou tard ? Mais tout d'abord, vous devez vivre pour voir le jour où cela arriverait, vous devez vivre

pour connaître ce jour. A partir de maintenant l'engagement que vous avez pris de rester en vie ne doit plus vous quitter. »

L'agressivité et l'addiction.

En ce qui concerne l'agressivité, deuxième facette du syndrome névrotique de masse, permettez moi de rapporter ici une expérience naguère conduite par Carolyn Wood Scherif. Elle avait réussi à reconstituer de manière artificielle des situations d'agressivité mutuelles entre des groupes de boy-scouts. Elle avait notamment observé que les agressions cessaient seulement lorsque ces tous jeunes gens se consacraient à une tâche commune (comme d'extraire d'un bourbier une voiture contenant les provisions destinées à leur campement). Dès qu'ils avaient passé ce pacte, ces groupes non seulement s'entendaient pour relever ensemble le même défi mais ils se trouvaient unifiés par une même quête de sens⁷.

De même, en ce qui concerne l'addiction, qui est le troisième problème, je me souviens des conclusions présentées par A. Von Forstmeyer qui observe que, comme le montrent une série de tests et de statistiques, 90 % des cas d'alcoolisme qu'elle avait étudiée, avait souffert d'un immense sentiment de manque de sens. Quant à la totalité des cas d'addiction à la drogue étudiés par Stanley Knipper, 100 % d'entre eux partageaient la conviction que « les choses leur semblaient dépourvues de sens »⁸.

A présent considérons la question du sens en elle-même. Ce qui intéresse au premier chef le logothérapeute, c'est le potentiel de sens inhérent à chaque personne confrontée à une situation singulière. Je ne considérerai donc pas ici *in abstracto* la question du sens de la vie, sans nier pour autant qu'une telle question mérite une réflexion spéciale. Pour établir un parallèle, représentez-vous un film : il comporte des milliers d'images qui s'enchaînent, et chacune d'elle est dotée de sens et porte une signification. Pour autant la signification globale du film ne s'impose vraiment qu'au terme de la dernière séquence. Mais nous ne pouvons comprendre l'ensemble du film sans avoir préalablement saisi chacun de ses composants, chacune de ses images. N'en va-t-il pas de même en ce qui concerne la vie ?

Logothérapie, sens et valeurs.

N'est-il pas aussi exact que la vie ne révèle son sens ultime, considéré comme un tout, que lorsque celle-ci est parvenue à son terme, à deux doigts de la mort ? Et considéré en lui-même, le sens de la vie ne dépend-il pas du fait que chaque situation particulière a été actualisée au mieux des aptitudes et des convictions de chaque individu ?

Le fait est que le sens, et la perception du sens, considéré sous l'angle de la logothérapie, est quelque chose de très terre-à-terre et non une entité abstraite. Pour aller à l'essentiel, je dirai que la conscience du sens – du sens intime d'une situation concrète – se situe à mi-chemin entre une expérience comprise selon les perspectives développées par Karl Bühler⁹ et les conceptions de la Gestalt¹⁰ exposées dans la théorie de Max Wertheimer.

La perception du sens diffère du concept classique telle que l'entend la Gestalt, dans la mesure où, pour la Gestalt, il s'agit de la prise de conscience d'une « forme » et d'un « fond », tandis que la perception du sens telle que je la conçois en logothérapie, est susceptible de faire l'objet d'une prise de conscience pour autant qu'elle résulte de la possibilité d'une confrontation du sujet avec l'arrière-plan qui constitue notre réalité. Ou, pour le dire en termes plus simples : la perception que nous avons du sens d'une situation coïncide avec le fait de devenir conscient de *ce qui peut être fait* dans une situation donnée. Comment un être humain est-il amené à trouver un sens ?

Comme l'a fait remarquer Charlotte Bühler¹¹ : « Tout ce que nous pouvons faire, c'est d'étudier la vie des gens qui semblent avoir trouvé des réponses à leurs questions, et, notamment à la question de savoir quel est le sens ultime de l'existence, puis de comparer l'expérience de ceux qui sont parvenus à répondre à cette question à l'expérience de ceux qui ont échoué à le faire¹². » Au-delà de cette perspective biographique, il est certain que, dans certains cas, nous ne devons pas exclure la perspective biologique. La logothérapie conçoit la conscience comme un « souffleur » qui – si la nécessité s'en fait sentir – nous indique la direction à prendre dans une situation donnée. Afin de remplir cette fonction, notre conscience doit être à même de prendre la mesure de la situation à laquelle chacun est amené à se confronter. Cette même situation doit aussi être évaluée à la lumière d'une certaine hiérarchie des valeurs. Toutefois nous ne pouvons ni embrasser ni adapter ces valeurs de manière consciente : elles correspondent à ce que nous sommes. Elles se sont cristallisées au cours de l'évolution de notre espèce, elles sont fondées sur notre acquis biologique et s'enracinent au plus profond de notre complexion biologique.

Konrad Lorenz¹³ avait sans doute à l'esprit quelque chose de semblable quand il a développé le concept d'un *a priori* biologique. Lorsque nous avons été tous deux amenés à discuter de ma propre conception, il m'a fait part de son approbation avec beaucoup d'enthousiasme. En tout cas, si une telle auto-compréhension des valeurs existe bel et bien à un stade pré-réflexif, on peut affirmer que celle-ci est, en dernière analyse, ancrée dans notre héritage biologique.

Ainsi que l'enseigne la logothérapie, il y a trois manières d'accéder au sens de la vie. La première consiste à faire une œuvre ou à se consacrer à une cause ;

la deuxième tient au fait de faire l'expérience de quelque chose (par exemple, de la beauté) ou la rencontre de quelqu'un. En d'autres termes, on peut trouver un sens à sa propre vie non seulement en s'investissant dans un travail, mais aussi grâce à l'amour. A ce propos, Edith Weiss Kopf-Joelson a fait observer dans ce contexte que « cette expérience est tout aussi thérapeutique car elle compense notre propension à donner plus de poids au mode d'accomplissement extérieur qui dépend du vécu interne ». ¹⁴

Toutefois, la troisième voie d'accès au sens de la vie est de loin la plus importante : même la victime aux prises avec une situation désespérée, confrontée à un destin qu'il lui est impossible d'infléchir, peut se dépasser, et, par ce seul fait, parvenir à se transformer elle-même. Elle peut changer une tragédie personnelle en victoire.

C'est encore Edith Weiss Kopf-Joelson qui, un jour, a exprimé l'espoir que la logothérapie « pourrait aider à contrer certaines tendances pathogènes de la culture contemporaine, culture dans laquelle le malade incurable a très peu de chance d'être fier de sa souffrance en considérant que celle-ci l'enrichit davantage qu'elle ne le dégrade », de sorte qu'« il n'est pas seulement malheureux, mais qu'il a de surcroît honte de l'être. »

Pendant un quart de siècle, j'ai eu la responsabilité du département de neurologie d'un grand hôpital, en étant témoin de l'aptitude de mes patients à changer leur situation première, qui était des plus pénibles, en occasion d'accomplissements. C'est un fait avéré qu'une épreuve douloureuse offre à chacun la possibilité de trouver un sens à sa souffrance.

Des chercheurs de l'École de Médecine de l'Université de Yale « ont été impressionnés par le nombre de prisonniers de la guerre du Vietnam qui ont explicitement reconnu que bien que leur captivité ait été terriblement anxio-gène – avec son lot de torture, de maladie, de malnutrition et d'isolement- ils n'en ont pas moins perçu cette expérience comme l'occasion d'un véritable dépassement d'eux-mêmes. » ¹⁵

Mais les arguments les plus forts, susceptibles de plaider en faveur d'un « optimisme tragique » sont ceux qu'en latin on appelle *argumenta ad hominem*. Le cas de Jerry Long est un témoignage vivant de ce que la logothérapie identifie comme « pouvoir de défi de l'esprit humain » ¹⁶.

Voici ce que la *Texarkana Gazette* a publié à son propos : « Jerry Long était paralysé depuis un accident de plongeur en piscine, accident à la suite duquel il est devenu quadriplégique ».

« Depuis trois ans, J. Long était paralysé à la suite d'un accident de plongeur en piscine qui l'a rendu quadriplégique. Il était âgé de dix-sept ans au moment des faits. Aujourd'hui, Long est capable d'écrire à la machine grâce

à un stylo digital qu'il manie avec la bouche. Il suit deux cours à Community College à l'aide d'un téléphone spécial. Cette liaison téléphonique permet à Long à la fois d'écouter les cours et de participer aux débats de classe. Il emploie également son temps à lire, à regarder la télévision ainsi qu'à écrire ». Dans une lettre que j'ai reçue de lui, il me dit ceci : « Je considère que ma vie est pleine de sens et riche de projets. L'attitude que j'aie adoptée dès ce jour fatidique est devenue mon credo pour la vie : *Je me suis brisé la nuque mais cela ne m'a pas brisé*. Je suis actuellement inscrit au collège à mon premier cours de psychologie. Et je suis persuadé que mon infirmité renforcera ma détermination à aider les autres. Je sais que sans cette souffrance, le progrès que j'ai accompli aurait été impossible. »

Est-ce à dire que la souffrance est indispensable à la découverte du sens de la vie ? En aucun cas ! J'insiste sur le fait que le sens est possible en dépit de la souffrance, étant donné que la souffrance était, dans ce cas, inévitable. Si on pouvait l'éviter, la chose la plus urgente serait de s'attaquer à sa cause, parce que souffrir inutilement participe davantage du masochisme que de l'héroïsme. Mais si, d'un autre côté, on ne pouvait pas avoir raison de la situation qui cause la souffrance, il nous est encore donné de choisir notre attitude en face de cette souffrance ¹⁷.

J. Long n'a pas choisi de se briser la nuque, mais il a par contre décidé de ne pas se laisser briser par ce qui lui est arrivé.

Comme on peut le constater, il nous incombe toujours de faire preuve de créativité pour modifier une situation qui est cause de souffrance. Aussi notre supériorité réside-t-elle, le cas échéant, dans le « savoir comment souffrir ». Et il est tout à fait évident que, à proprement parler, l'« homme de la rue » partage cette opinion.

En Autriche, de récents sondages ont montré que les personnalités publiques qui sont les plus tenues en haute estime, ne sont ni les grands artistes, ni les grands scientifiques, ni même les responsables politiques les plus en vue, pas même les grands sportifs, mais ceux qui savent dominer des épreuves difficiles en gardant la tête haute.

Le sentiment de culpabilité.

Avant d'éclairer le deuxième aspect de la « triade tragique », à savoir le sentiment de culpabilité, je voudrais examiner un concept théologique qui, à mon point de vue, présente toujours un grand intérêt.

Je fais ici référence à ce que l'on appelle *Mysterium iniquitatis*, expression qui signifie qu'un crime demeure en dernière analyse inexplicable dans la mesure où il ne peut être entièrement rapporté à des facteurs d'ordre biologique, psy-

chologique ou sociologique. Rendre entièrement compte d'un crime reviendrait, en effet, à justifier son auteur, et à voir en lui non pas un être humain libre et responsable mais une machine défaillante. Du reste, les criminels, eux-mêmes, répugnent à cette forme d'interprétation de leurs actes, ils préfèrent, de loin en être tenus pour pleinement responsables. J'ai ainsi reçu une lettre d'un détenu qui purgeait sa peine dans un pénitencier de l'Illinois. Dans cette lettre, il déplorait que « le criminel n'a jamais l'occasion de s'expliquer lui-même ; à l'inverse, il est sommé de choisir parmi une grande variété de motifs qui justifieraient son acte. La société est tenue pour responsable, et dans de nombreux cas, la responsabilité est imputée à la victime de l'exaction. »

Quand, un peu plus tard, j'ai voulu m'adresser aux prisonniers de San Quentin, je leur ai déclaré ceci : « Vous êtes des êtres humains, et, à ce titre, vous étiez libres de commettre un crime, de vous rendre coupables ou de demeurer innocents. A présent, malgré tout ce qu'il vous en coûte, vous êtes tout aussi libres de surmonter votre culpabilité, en vous développant moralement, en changeant pour le mieux. »

J'ai alors perçu qu'ils se sont sentis compris¹⁸. Dans une lettre qu'il m'a adressée, Frank E.W., un ex-détenu, affirme qu'il a suivi « une logothérapie pour anciens criminels », ajoutant qu'ils étaient « vingt sept et que sur les vingt-sept, un seul d'entre eux était retourné en prison, mais, qu'à présent, il est libre.¹⁹ »

En ce qui concerne le concept de responsabilité collective, je considère pour ma part qu'il est totalement injustifié de tenir pour responsable, une personne ou un groupe, du comportement d'une autre personne ou d'un groupe d'autres personnes.

Depuis la fin de la seconde guerre mondiale, j'ai inlassablement pris position contre la notion de responsabilité collective²⁰.

Parfois, cependant, il faut faire preuve de beaucoup d'ingéniosité et de pédagogie pour arracher les gens à leurs superstitions. Un jour, une Américaine m'a adressé ce reproche : « Comment pouvez-vous encore écrire certains de vos livres en allemand, la langue d'Adolphe Hitler ? ».

En guise de réponse, je lui ai demandé si elle avait des couteaux dans sa cuisine, et quand elle m'eut répondu par l'affirmative, j'ai pris l'air consterné et choqué en m'exclamant : « Comment pouvez-vous encore utiliser des couteaux après tant d'assassins qui s'en sont servis pour blesser ou tuer leurs victimes ? ». Du coup, son reproche n'eut plus lieu d'être.

Sens et finitude.

Le troisième aspect de la « triade tragique » concerne la mort. Mais il concerne tout aussi bien la vie, dans la mesure où, à chaque instant, chacun des

moments de notre vie s'évanouit, et que ce moment ne reviendra pas. N'est-ce pas cette éphémérité même qui opère comme un appel constant à relever le défi qui consiste à faire le meilleur usage possible de chaque moment de notre vie ? A n'en pas douter, il en va ainsi.

D'où mon impératif : « *Vis comme si tu vivais pour la seconde fois et que tu avais agi aussi mal la première fois que tu es aujourd'hui à même de bien agir.* »

En fait, les occasions d'agir convenablement, les possibilités de réaliser un sens sont corrélatives du caractère irréversible de notre existence. Mais les possibilités, en elles-mêmes, sont tributaires de cet état de fait. Aussi, dès que nous avons concrétisé une probabilité, que nous avons actualisé un sens potentiel, nous l'avons fait une fois pour toutes.

Nous l'avons sauvé du passé au sein duquel, désormais, il réside.

Dans le passé, rien n'est irrémédiablement perdu, au contraire, toute chose est irréversiblement engrangée et soigneusement conservée. Il est certain que la plupart des gens en considérant le caractère éphémère de la vie, ont tendance à n'en voir que la face obscure, à fermer les yeux, ainsi qu'à oublier la grande richesse du passé où ils ont déposé la moisson de leur vie : les actions accomplies, les amours aimées, et les souffrances endurées traversées avec courage et dignité. De ce point de vue, il n'y a pas de raison de plaindre les gens âgés. Les jeunes gens devraient plutôt les envier. Il est vrai que les vieux n'ont plus beaucoup d'opportunités, ni de possibilités, parce qu'ils sont privés d'avenir. Mais au lieu de possibilités perçues à l'horizon du futur, ils ont à leur actif la richesse du passé – les potentialités qu'ils ont effectivement actualisées, les quêtes de sens qu'ils ont abouties ; et rien, ni personne, ne peut les priver de ces atouts du passé.

La logothérapie et le nihilisme contemporain.

Trouver un sens à la vie est assurément une condition fondamentale, toujours actualisable, qui permet encore de trouver un sens à la souffrance. Cette orientation de sens, caractéristique de l'existence, s'appuie, par ailleurs, sur la valeur singulière de chacun en tant que personne unique. Et c'est précisément cette dimension qui garantit l'indéniable qualité de la dignité humaine. De même que l'existence garde un potentiel de sens quelles que soient les conditions dans lesquelles elle est vécue, y compris les plus misérables, la valeur de chaque personne, en tant qu'elle est unique, demeure l'une de ses qualités irréductibles. Et il en est ainsi parce que cette richesse personnelle se fonde sur les valeurs que cette personne a réalisées dans le passé.

Or, cette qualité n'est pas contingente, dans la mesure où elle ne dépend pas du regard qu'on pourrait porter sur le présent de cette personne d'un point de vue strictement utilitaire. Généralement la qualité d'une personne est évaluée

dans des termes utilitaires et fonctionnels, au regard du bénéfice qu'en tire la société. Mais la société contemporaine se distingue par le fait qu'elle valorise le succès et la réussite ; de ce fait, elle exalte et respecte davantage ceux qui en réussissant donnent l'image apparente du bonheur. Et, de fait, nous vivons dans une société qui voue un culte démesuré à la jeunesse. Cette société ignore profondément la valeur de tous ceux qui sont autrement, et, ce faisant, elle méconnaît la distinction fondamentale qui existe entre le fait de reconnaître à quelqu'un une valeur en terme de dignité ou bien en terme d'utilité.

Or, croyez moi : si l'on méconnaît cette différence essentielle en maintenant que la valeur d'une personne se fonde uniquement sur son utilité actuelle, on ne doit qu'à l'inconséquence personnelle de ne pas plaider pour l'euthanasie, conformément au programme d'Hitler, c'est-à-dire, en exterminant tous ceux qui ont perdu toute utilité sociale, soit à cause du grand âge, soit du fait d'une maladie incurable, soit encore parce qu'ils ont perdu leurs facultés intellectuelles ou du fait de tout de tout autre handicap dont ils pourraient être affligés.

Confondre la dignité humaine avec l'utilité pure et simple de quelqu'un est le résultat d'une confusion conceptuelle qui nous vient directement du nihilisme contemporain, dûment cultivé et professé dans de nombreux milieux académiques et psychanalytiques.

En effet, cette forme d'endoctrinement se retrouve y compris dans les lieux de formations des analystes.

Le nihilisme, comme son nom l'indique, n'affirme pas qu'il n'y a rien, mais que rien n'a de sens. Georges A. Sargent a eu tout à fait raison de forger à cet égard l'expression d'« enseignement de l'absence de sens »²¹.

Il faisait lui-même référence à un praticien qui lui répétait sans cesse : « Georges, tu dois comprendre que le monde est un terrain de jeu. Il n'y a pas de justice, tout n'est que hasard. C'est seulement quand tu auras vraiment réalisé cela que tu comprendras aussi qu'il est stupide de prendre au sérieux ce que tu fais. Il n'y a aucun plan dans l'univers. L'univers se contente d'être, c'est tout. La question quotidienne de savoir comment tu dois décider de tes choix pour agir n'a pas de signification particulière.²² »

Adversité et libre arbitre.

Bien entendu, il faut éviter de généraliser une telle critique. Certes, il est indispensable de dispenser une formation aux analystes, et pour autant que cela compte, ceux qui sont en charge de cette formation (et c'est pourquoi cela fait partie de leur tâche) devraient se prémunir contre le nihilisme au lieu de l'inoculer aux futurs praticiens avec cette dose de cynisme qui pourrait bien n'être qu'un mécanisme de défense contre leur propre nihilisme.

Les logothérapeutes devraient eux-mêmes se conformer à certains des prérequis exigés pour la qualification des praticiens par les autres écoles de psychanalyse. En ce domaine, il faut savoir faire valoir nos principes mais avec exigence.

Je considère, pour ma part, que face à cette tendance dominante, il n'y a aucune raison d'abandonner le concept classique d'humanité, ni de faire fi de la philosophie de l'existence propre à la logothérapie. Cette fidélité n'est guère difficile à affirmer, au regard du fait que, comme Elisabeth Lukas l'a souligné : « Dans l'histoire de la psychothérapie, il n'a jamais existé d'école aussi antidogmatique que la logothérapie.²³ »

Lors du Premier Congrès Mondial de Logothérapie²⁴, j'ai moi-même plaidé non seulement pour la ré-humanisation de la psychothérapie, mais aussi en faveur de ce que j'ai alors appelé « la dé-gourouification de la logothérapie ». Je n'ai en effet aucun intérêt à former des disciples psittacistes soumis à « la voix de leur Maître », mais davantage intérêt à passer le flambeau à des esprits indépendants et inventifs, novateurs et créatifs.

Un jour, Sigmund Freud a eu ces mots : « Imaginons d'abandonner à la faim un groupe de gens par ailleurs très différents les uns des autres. Eh bien, à mesure que la morsure de la faim se ferait de plus en plus sentir, à terme, toutes les différences individuelles s'effaceraient, faisant place à l'expression primaire du besoin de manger. »

Dieu merci, l'expérience des camps de concentration a été épargnée à Sigmund Freud. Il est un fait que son propos s'enracine dans le pur style de la culture victorienne, et non dans l'horreur d'Auschwitz. Là-bas, les « différences individuelles » ne se sont pas « effacées », au contraire, les gens ont affirmé leurs différences ; les masques sont tombés, révélant aussi bien les salauds que les saints. Voilà pour quoi, de nos jours, il ne faut pas hésiter à employer le mot de « saints » : pensons au Père Maximilien Kolbe ²⁵- canonisé en 1983- qui, à Auschwitz, fut condamné à mourir dans le bloc de la faim, et qui a été finalement achevé avec une injection de phénol dans le cœur.

On pourra m'objecter de choisir mes exemples parmi ceux qui font exception à la règle. Mais, comme le proclame Spinoza, dans le dernier énoncé de l'*Ethique* : « Sed omnia praeclara tam difficilia quam rara sunt » ²⁶.

On peut évidemment se demander si il est vraiment nécessaire de faire référence aux « saints ». Ne suffirait-il pas, en effet, de seulement parler des gens qui ont su faire preuve d'une conduite *décente* ? Il est vrai que ceux-ci ne sont qu'une minorité. Plus encore : ceux-ci constitueront toujours une minorité. Je vois dans ce fait, la véritable raison d'en faire partie. Le monde est dans un piètre état, mais tout deviendra bien pire si chacun d'entre nous ne fait pas de son mieux.

Alors, sachons rester en éveil – et doublement en éveil. Depuis Auschwitz, nous savons de quoi l'homme est capable. Et depuis Hiroshima nous savons quel est l'enjeu.

notes

1. Ce texte reprend les termes d'une conférence présentée par V.E. Frankl au Troisième Congrès Mondial de Logothérapie, à l'Université de Regensburg, en Allemagne de l'Est, en juin 1983.
2. *Controverses*, n° 6, novembre 2007, « La logothérapie dans une coquille de noix », pp. 188-214.
3. C'est ainsi que nous proposons de rendre l'expression « fun spoiler », plutôt que par « rabat-joie ».
4. « No future », slogan nihiliste des années quatre-vingt du xx^e siècle.
5. Basic Books, New York, 1980, p. 448.
6. « Wirtschaftskrise und Seelenleben vom Standpunkt des Jugendberqters », *Sozialärztliche Rundschau*, Vol. 4 (1933), pp.43-46. Nous avons choisi de traduire l'expression "unemployment neurosis" par « névrose de désœuvrement » pour la raison suivante : bien que Frankl ait identifié cette névrose sur des sujets en situation de chômage, le seul fait que leurs troubles disparaissent pour peu qu'ils ont la possibilité de s'investir dans une tâche utile indique, rétroactivement, que l'état dépressif dont ils souffrent résulte moins d'une situation de manque d'un travail rétribué que d'une situation de désœuvrement qui leur ôte toute dignité sociale (Ndt).
7. Pour de plus amples informations à propos de cette expérience, cf. Viktor E. Frankl, *The Unconscious God*, New York, Simon and Schuster, 1978, p. 140 ; et Viktor E. Frankl, *The Unheard Cry for Meaning*, New York, Simon et Schuster, 1978, p. 36.
8. Cf ; *The Unconscious God*, pp. 97-100 ; et *The Unheard Cry for Meaning*, pp. 26-28.
9. K. Buhler (1879-1963) : Psychologue et linguiste allemande. En 1918, il identifia trois fonctions du langage (expressive, symbolique, descriptive). Cette distinction a servi de base au schéma de la communication proposé par Jakobson. Buhler fut directeur de l'Institut de Psychologie de Vienne, en raison de ses origines juives, il s'expatria en 1938 (Ndt).
10. La Gestaltheorie ou « Psychologie de la forme », du verbe « Gestalten » (mettre en forme). Contre la psychologie classique, de type associationniste, la psychologie de la forme postule que dans l'expérience perceptive, toute forme fait l'objet d'une structuration signifiante pour le sujet percevant. Cette école eut d'éminents représentants avec M. Wertheimer, W. Kohler, K. Lewin, K. Koffka. Tous ces savants s'établirent aux Etats Unis après l'arrivée des Nazis au pouvoir. Le lecteur pourra se reporter à l'ouvrage classique de P. Guillaume : *La Psychologie de la forme*, Paris, 1937. (Ndt)
11. Charlotte Malachowski (1893-1974), ancienne élève de Husserl, psychologue, épouse de K. Bühler. (Ndt)
12. « Basic Theoretical Concepts of Humanistic Psychology », in *American Psychologist*, XXVI (Avril 1971), p. 378.
13. Konrad Lorenz (1903-1989), biologiste et zoologiste autrichien, Prix Nobel de physiologie ou médecine en 1973, l'un des fondateurs de l'éthologie, la science du comportement animal (Ndt).

14. « The place of logotherapy in the World Today », *The International Forum of Logotherapy*, Vol. 1, n° 3 (1980), pp.3-7.
15. W.H.Sledge, J.A. Boydstum and A.J.Rabe, « Self-Concept Changes Related to War Captivity », *Arch. Gen. Psychiatry*, 37 (1980), pp. 430-443.
16. « The Defiant Power of the human spirit » était en fait le titre de l'exposé présenté par Long au Troisième Congrès Mondial de Logothérapie en juin 1893.
17. Je me souviendrai toujours d'une interview donnée à la télévision autrichienne par un cardiologue Polonais qui, pendant la seconde guerre mondiale avait contribué à organiser le soulèvement du ghetto de Varsovie. « Quelle action héroïque ! » s'était exclamé le journaliste. « Ecoutez, lui avait calmement répondu le médecin : « prendre un revolver est s'en servir n'est pas grand chose ; mais si les SS vous mettent dans une chambre à gaz ou vous entraîne sur les lieux d'une exécution de masse, et que vous n'y pouvez rien – en dehors de faire face à la mort avec dignité- c'est plutôt cela que je qualifierai de conduite héroïque.
18. Cf. également Joseph B. Fabry, *The Pursuit of Meaning*, New York, Harper and Row, 1980.
19. Cf. Viktor E. Frankl, *The Unheard Cry for Meaning*, New York, Simon and Schuster, 1978, pp.42-43.
20. See also Viktor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism* ; New York, Simon and Schuster, 1967.
21. Cette caractérisation d'un certain cynisme qui caractérise l'enseignement de certains praticiens est à rapprocher, s'agissant, d'une profession de foi qui concerne la nature de l'humanité de ce que J. Isaac, à propos de l'anti-judaïsme, appelle « l'enseignement du mépris ». Autrement dit, la tradition nihiliste, notamment représentée par A. Schopenhauer n'a pas d'autre conviction à proposer à la tradition humaniste que la conviction selon laquelle rien n'a de sens, et, pour reprendre, un mot de Freud, « que la vie humaine n'est qu'un vaste détour pour revenir au néant ». Il y aurait beaucoup à dire sur l'influence que le nihilisme ainsi que la théosophie allemande d'origine gnostique ont exercé et continuent d'exercer - que ses praticiens le sachent ou pas- sur la psychanalyse, notamment lacanienne (Ndt).
22. « Transference and Contransference in Logotherapy », *The International Forum of Logotherapy*, Vol. 5, n° 2 (Hiver 1882), pp.115-118.
23. La logothérapie n'est pas systématiquement proposée à ceux qui demandent une psychothérapie. Elle se compare moins à un bazar oriental qu'à un supermarché. Dans le bazar, le client est engagé à acheter quelque chose. Dans le second cas, il a le choix entre divers articles dont il pourrait faire usage en fonction de ses propres critères de nécessité.
24. Ce Congrès s'est tenu à San Diego, en Californie, du 6 au 8 novembre 1980.
25. M.M.Kolbe (1894-1941), frère franciscain polonais, résistant au régime nazi. Arrêté par la Gestapo et déporté au camp d'Auschwitz, il offrit de mourir à la place d'un père de famille. Il fut condamné à mourir de faim avec neuf autres détenus. Béatifié en 1971, canonisé comme martyr en 1982 par le Pape Jean-Paul II (Ndt).
26. « Mais toute grande chose paraît d'autant plus difficile à accomplir qu'elle se rencontre rarement ».