

# La foi d'un psy

## Témoignage

Un ami cher de *Garrigues & Sentiers* me demanda il y a peu de lier, dans un même article, la foi et la psychanalyse : « N'y aurait-il pas, me susurra-t-il, antinomie entre ces deux domaines ? Est-ce que la psychanalyse peut être un étayage pour la foi ? »... Et c'est bien parce que c'est un très grand ami que j'ai accepté de tenter l'impossible !

Mais cela ne suffisait pas à mon ami : ce qu'il voulait, même s'il n'en avait pas une claire conscience, c'était de me dévoiler et d'exposer ma foi en public, comme un témoignage de je ne sais quoi. Et pourtant, j'ai accepté.

J'ai accepté parce qu'un témoignage possède une dimension que n'a pas la réflexion philosophique. Moins abstrait que celle-ci, le témoignage est aussi plus humain, car il s'adresse essentiellement à l'affectivité. J'ai donc consenti à vous parler de moi, psychanalyste, et de ma foi, tout en sachant que je risque fort de vous décevoir.

Et je suis, devant ma page blanche, devant vous,, plus inquiet et plus démuné que je ne le fus jamais.

**La foi !** Si vous me demandiez de définir ce concept, vous m'embarrasseriez beaucoup et je serais tenté de vous répondre, comme le fit jadis Saint Augustin, à propos du temps : « Si personne ne me demande ce que c'est, je le sais ; si je veux simplement l'expliquer à ceux qui me le demandent, je ne sais plus. »

Jusqu'à ce jour, je me suis toujours efforcé de rester sur le terrain de l'objectivité et de la science, qui m'offrait des concepts bien déterminés.

Mais j'ai pris le risque de m'aventurer dans les sables mouvants de la subjectivité, sans autres guides que mes sentiments, et ne disposant, pour me faire entendre que d'un pauvre vocabulaire familier, banal, archi usé. Je vais donc vous entretenir de mes interrogations, de mes doutes et de mes croyances. Celles-ci ne doivent rien à l'instruction reçue ; elles sont le fruit de découvertes personnelles, faites au cours d'un long cheminement, qui m'a conduit de l'incrédulité à la confiance (en latin, *fides*, foi), de l'athéisme à la foi.

Souvent je me suis arrêté, harassé, fourbu, mais jamais désespéré car, de temps en temps, un rayon de soleil perceait la nuée.

Je m'efforcerai d'être sincère, mais je sais que cela ne sera pas entièrement possible, car, nul n'est totalement transparent. Quoi que l'on fasse, il existera toujours une zone d'ombre, qui est le garant de notre liberté individuelle. L'homme garde son masque, un ultime masque, même quand il fait son examen de conscience, son introspection, quand il s'observe lui-même et essaie de se connaître. C'est là, un des enseignements majeurs de la psychanalyse.

### Mon enfance

J'ai été élevé dans une famille de musiciens et de philosophes, radicaux, libres penseurs, ce que l'on appelait, à l'époque des "esprits forts", où l'on cultivait les vertus bourgeoises et les valeurs morales : honnêteté, dignité, courage, justice, tempérance, humilité, charité, dureté pour soi-même, etc. Mes parents prêchaient d'exemple et ma mère ne souffrait aucun manquement à l'un de ces principes. Mes parents ne voulaient se fier qu'à la science et à la raison. Pourtant, ils n'avaient pas totalement rompu avec la religion, puisqu'ils célébraient les grandes fêtes.

Pour ma part, j'étais un questionneur inlassable : « Qui a créé le monde ? » Qui nous a créé ? Qui a créé Dieu ? Jamais aucune réponse ne me satisfaisait et j'en étais à douter de tout. De tout, y compris de ma propre existence.

Bientôt je devins un « enfant difficile », sauvage, indocile, que rien ni personne ne pouvait faire plier. Je jugeais sévèrement les adultes, parents et maîtres, trouvant qu'ils manquaient de psychologie et de cœur. Mes parents étaient désolés du « mouton noir » qu'ils avaient engendré ; pour ma part, l'incompréhension des grandes personnes envers les enfants, leur incapacité à répondre à mes interrogations et leur conduite autoritaire m'amènèrent à me rebeller très précocement contre toute autorité, et, par déplacement, un mécanisme bien

connu des psychologues, à me révolter contre la toute-puissance de Dieu, que je défiais ouvertement, dans la rue, au milieu de mes petits camarades terrifiés.

La seule chose à laquelle je me prêtais spontanément, sans que l'on eût jamais besoin de me le demander, c'était le service d'autrui. J'étais un enfant serviable, et je distribuais mon pain et mon chocolat à ceux qui n'en avaient pas.

Mais les bons sentiments ne font pas les bons élèves. Je quittais donc l'école à 14 ans, muni de mon Certificat d'études primaires, fis un peu tous les métiers et fréquentais tous les milieux : dockers, paysans, gitans, musiciens. À 19 ans, j'étais déjà un ancien combattant, muni seulement du brevet élémentaire, obtenu avant de m'engager dans l'armée. À 20 ans, j'étais marié, malgré l'opposition de mes parents, et préparais le baccalauréat. J'aurais aimé être instituteur, mais le proviseur du lycée me recommanda de m'inscrire à l'université. Mes professeurs pensaient que je pouvais être un bon professeur de philosophie. Moi, je préférais la psychologie, même si cela ne débouchait sur rien, à l'époque ; j'étais toujours aussi indépendant et intraitable !

Les enfants vinrent rapidement et pour nourrir ma famille je travaillais comme employé de bureau à la préfecture de Colmar, parallèlement aux cours à l'Université et aux stages à l'hôpital psychiatrique de Rouffach.

C'est dans cet hôpital que je rencontrai un professeur qui, par son exemple, m'apprit la modestie et l'humilité. Cet homme, âgé d'une cinquantaine d'années, qui s'était converti au catholicisme, était un mystique, qui passait de longs moments dans la chapelle, à prier. Il était thomiste et enseignait, comme Thomas d'Aquin, que « l'âme informe le corps ».

J'avais beaucoup de mal à comprendre pourquoi il fallait invoquer une puissance surnaturelle quand les faits parlent d'eux-mêmes. J'étais catégoriquement organiciste et je pensais que l'esprit était une production du corps au même titre que le mouvement est l'ouvrage de la machine. Si celle-ci est neuve, elle fonctionnera bien ; si l'un de ses organes est défaillant, elle s'arrêtera. Il en est de même pour l'homme. Si l'on connaît la machine et ses rouages, on maîtrise son fonctionnement. Quand on connaîtra parfaitement l'anatomie et la physiologie du cerveau, on saura agir sur l'esprit et guérir les maladies mentales.

Je partageais cette idéologie triomphaliste, issue des découvertes de L. Pasteur, qui tend à faire croire que toutes les maladies sont des erreurs qui trouveront bientôt leur solution. La science me semblait capable de répondre à toutes les questions. Un jour où l'un de mes condisciples s'impatientait de me voir camper sur mes positions, mon professeur intervint tout doucement pour dire : "J'ai mis 30 ans pour en arriver où je suis; il faut lui donner du temps à lui aussi." Ce professeur était à la fois bon et sage. Bon, parce qu'il m'acceptait tel que j'étais, reconnaissant au-delà de mon erreur, la vérité de l'homme que j'étais, mon autonomie, mon aptitude à prendre en main mon destin, et, par là, ma capacité de chercher la vérité et d'y accéder. Sage, parce qu'il n'essayait pas de m'imposer son point de vue.

Ainsi que l'écrit le Révérend Père Louis Beirnaert, dans son livre *Aux frontières de l'acte analytique* (Seuil) : « *L'athée sait qu'il n'y a pas de réponse. Son discours explicite, pris à ce niveau, nie ce que pose son discours implicite, à savoir que le sujet défaille en toutes ses affirmations. Le chrétien, au contraire, ne pose jamais son discours explicite en savoir absolu, car dans ce discours même il pose la négativité sous la forme du mystère. Il affirme qu'il n'y a pas de savoir absolu pour les sujets humains. C'est pourquoi il dit vrai ... Depuis Freud, nous ne pouvons plus entendre discours athée et discours chrétien autrement qu'en termes d'interlocution (...). Nous sommes entrés dans le temps du dialogue* ».

La psychologie des profondeurs me passionnait. J'admirais la sagacité, la constance et le courage de Freud, le génial inventeur de la psychanalyse, qui avait su démontrer l'existence et l'importance de l'inconscient (c'est-à-dire du latent, du souterrain, de l'invisible) et expliquer comment fonctionne l'appareil psychique. D'abord quand il distingua les trois systèmes : *l'inconscient*, le *préconscient* et le *conscient* ; puis lorsqu'il présenta sa seconde topique, avec ses 3 instances : le *ça* (réservoir pulsionnel), le *moi*, le *surmoi*, qui est constitué par les exigences et les interdits moraux des parents. Il était aussi très humble, car il disait qu'un jour viendrait où les progrès de la science remettraient en question ses théories.

Ces progrès sont, effectivement, énormes, depuis un demi siècle, mais moins en psychologie que dans des domaines qui lui sont proches. Et je ne vois pas ce qui pourrait remettre en question les apports de la psychanalyse.

J'ai longuement cheminé ainsi, fort de mes raisonnements et des connaissances acquises à l'Université et dans les livres. La religion et la foi, c'était bon pour les âmes simples ! En

toute innocence, je croyais que le champ de l'ignorance pouvait être circonscrit et qu'un jour viendrait où tous les mystères du monde seraient percés.

Je n'étais pas loin de ces Babyloniens qui pensaient pouvoir se rapprocher des cieux en construisant une tour immense (Genèse 11,1-9).

Un jour, mon bel édifice se délita, miné par l'approfondissement de mes études. En effet, pour répondre à diverses demandes, je dus étendre mes recherches. C'est ainsi que je vis s'agrandir, chaque jour, le champ de mon ignorance. Pour un problème résolu, cent nouvelles questions se posaient. Chaque nouvelle découverte faisait apparaître l'extrême complexité et l'immense diversité de la nature. Ainsi j'ai été conduit à une plus juste conception de nos connaissances.

Parallèlement à mes travaux, je poursuivais une analyse didactique, avec le président de la Société française de psychanalyse. C'est à ce maître que je dois d'avoir conservé mes capacités d'émerveillement et d'enthousiasme, que j'aurais pourtant voulu réformer parce qu'elles me semblaient puérides, indignes d'un adulte. Là où d'autres auraient cru percevoir une certaine impuissance intellectuelle, lui voyait une richesse rare : « gardez votre âme d'enfant », me conseilla-t-il. (Il arrive, vous le voyez, qu'un psychanalyste didacticien conseille son élève !).

Mais n'est-ce pas là aussi l'un des enseignements du Christ ? Quand Jésus demande de laisser venir à Lui les petits enfants, « *car c'est à leurs pareils qu'appartient le Royaume de Dieu* » et qu'il précise : « *quiconque n'accueille pas le Royaume de Dieu en petit enfant, n'y entrera pas.* » (Marc 10,14-15), ne veut-il pas dire que la candeur et l'innocence sont les clés qui donnent accès à la vérité ?

Depuis, m'acceptant tel que je suis, j'ose m'émerveiller de ce qui m'est donné à voir. Ce sont, parfois, des choses grandioses : un coucher de soleil sur la mer, un paysage lavé par la pluie, où resplendit l'arc-en-ciel ; ce sont souvent de petites choses : une goutte de rosée sur un brin d'herbe, ou bien un pétale détaché de son arbre, qui remonte à sa branche : ah ! c'est un papillon !

Dans la contemplation du monde, je découvre chaque jour l'infinie bonté de Dieu, sa puissance aimante, à l'œuvre autour de nous, son mystère insondable, parce qu'il est fait de lumière, et, toujours, malgré les tragédies et les catastrophes, les famines et les épidémies, les guerres et les abominations complaisamment relatées par les mass media, je vois la vie et l'amour triompher.

La vie est toujours plus forte que la mort. D'aucuns m'accuseront d'optimisme béat. Je suis confiant, il est vrai, mais je n'ignore pas que la laideur, la souffrance, la haine existent. Je pense seulement qu'elles nous sont utiles dans la mesure où elles nous rendent plus présents la beauté, le bonheur, la joie, la tendresse et l'amour. Le bien et le mal sont liés, à la manière de l'ombre et de la lumière disait Saint Augustin, il y a 16 siècles. Le mal n'est efficient que par le bien qu'il recèle.

Un regard contemplatif, allié à une âme nue et ingénue, permet de dépasser la superficialité des événements, de découvrir leur profondeur et leur sens caché, et, au-delà, de découvrir la merveille du monde et la puissance de Dieu.

De même que le psychologue découvre l'inconscient grâce à ses manifestations (rêves, lapsus, actes manqués...), de même, l'homme éprouve le sentiment de la présence divine dans la création. L'inconscient, comme Dieu, ne saurait être perçu ; tous deux ne peuvent être que pressentis. En tant que psychanalyste, je ne doute pas de l'existence de l'inconscient, même si celui-ci reste mystérieux. Grâce à cette conviction, j'avance en confiance dans ma profession et je peux aider mes patients, dont j'observe les progrès.

En tant que croyant, j'affirme la réalité divine parce que j'ai pris conscience, de façon aiguë, de son infinie bonté à travers ses oeuvres.

Dans les deux cas, il ne s'agit pas de savoir pur, mais bien d'expérience vécue.

Dans les deux cas, le savoir est insuffisant; l'expérience concrète est nécessaire.

« Celui qui n'a pas vu le soleil de ses propres yeux n'est pas capable, s'il en entend parler, d'imaginer sa lumière », disait Isaac de Ninive.

## **L'œuvre de Dieu**

Nous sommes plongés dans un monde merveilleux où les miracles sont permanents, mais nous les ignorons. Notre cécité est comparable à celle d'un gardien de musée qui côtoie des chefs-d'œuvre de Van Dyck, de Rembrandt, de L. de Vinci, de Michel-Ange, de Grünewald,

mais qui ne les regarde plus, parce qu'ils lui sont familiers. Une fleur, un fruit, un enfant devraient nous plonger dans le ravissement, mais on les saccage, on les jette, on les détruit, sans penser un instant à ce qu'ils portent en eux de perfection.

Il n'est rien de plus banal que la naissance d'un bébé. Mais quand on pense à tout ce que cela suppose comme élaboration, nous restons muets d'admiration.

Ce que nous appelons « différenciation cellulaire » est une succession de prodiges. Vous savez que l'oeuf fécondé se segmente en de nombreuses cellules, toutes identiques. Mais, bientôt, celles-ci acquièrent des formes, des structures, des fonctions nouvelles. Ainsi, on voit se former progressivement les tissus et les organes : le cerveau et le système nerveux, le cœur et le système cardio-vasculaire, le squelette, les muscles, le système génital, etc. Comment savent-elles, toutes ces cellules initiales, ce qu'elles doivent devenir ? Dire qu'elles sont déterminées génétiquement, qu'elles sont « programmées », n'éclaircit pas le mystère.

Le seul développement du cerveau est proprement phénoménal. Pendant la grossesse, dans l'utérus, le cerveau humain acquiert des centaines de milliers de neurones à chaque minute. Comment ces neurones « savent-ils » où ils doivent se situer ? Comment se dirigent-ils vers leur emplacement définitif dans le cerveau ? Comment savent-ils quand s'arrêter et quand former des agrégats avec d'autres neurones du même type ? Comment établissent-ils des connexions les uns avec les autres, sachant qu'il existe des connexions bien définies, certaines cellules seulement étant reliées à certaines autres et la structure de ces connexions étant généralement identique d'un sujet à l'autre ? Par son existence, chaque être témoigne de la présence de Dieu.

Quand j'étais enfant, j'étais sensible à la poésie qui se dégageait du *Cantique des créatures* de Saint François d'Assise ; aujourd'hui, je comprends mieux ce que le premier des franciscains voulait signifier lorsqu'il parlait de ses frères et sœurs les animaux et les plantes ; aujourd'hui, je m'émerveille devant un bouton d'or ou une fourmi, et je fais attention, dans la nature, où je mets les pieds.

Le beau met en communication avec Dieu et le sentiment du beau rejoint la foi.

J'en suis encore là, et je trouve dans cette théologie naturelle beaucoup d'enseignements et de réconfort.

## **La foi en l'homme**

Transposée dans le domaine de la psychologie, une telle attitude me permet de ne pas désespérer de l'homme, d'aider mon prochain quand il est en difficulté, fût-il délinquant, marginal, névrosé ou exclus.

J'ai foi en l'homme et je crois profondément que chaque être est éduicable, que tout homme est maître de son bonheur et de son destin. Certains trouvent en eux les ressources nécessaires à cela, d'autres ont besoin d'un appui extérieur voire d'une simple indication.

Le fondement de la psychanalyse est la foi en l'homme, l'amour de l'homme.

La psychanalyse ne connaît ni le bien ni le mal, mais seulement des mécanismes, un appareil psychique dont le fonctionnement permet de comprendre la vie mentale et les conduites humaines, l'inconscient où s'activent les forces pulsionnelles et les désirs refoulés soumis au « principe de plaisir », *le moi*, qui assure l'ajustement de la personne à son milieu, et qui est soumis au « principe de réalité », *le surmoi*, qui correspond à l'intériorisation des interdits moraux.

Considérés sous cet angle, tous les comportements peuvent être compris et il n'y a pas de rejet de l'autre, puisqu'il n'y a plus de méchant. N'est-ce pas là comme l'écho de la parole du Christ : « Prostituées et publicains vous précèdent dans le royaume de Dieu » (Mt. 21,31) ? Malheureusement, il arrive que cet enseignement soit oublié et que l'on accable ceux que l'on devrait aider.

Alors, des psychanalystes se mettent à écrire pour nous exposer *l'Univers morbide de la faute* ou une nouvelle *Morale sans péché*. « Pour cette morale concrète, dit Hesnard, il n'y aurait qu'un Mal : le mal fait à l'homme. Il n'y aurait qu'un Bien : l'action achevée avec et pour l'homme ». Chaque homme porte en lui des dispositions naturelles qui l'inclinent à venir en aide à son prochain, dont il se sent solidaire. Ces dispositions ne sont pas toujours évidentes, mais elles sont « libérables par la connaissance ».

« Nous pouvons dire sans façon à la société que ce qu'elle appelle sa morale coûte plus de sacrifices qu'elle n'en vaut », dit S. Freud. La même antienne est reprise par d'autres

auteurs, comme le Dr. Pierre Solignac : « Le chrétien doit s'identifier à Jésus-Christ, qui a été le type même de l'homme libre, contestant toutes les structures de son temps (...) il a redéfini le chemin qui mène à Dieu, l'amour du prochain et non le légalisme" (p. 238)... Son message a été celui de l'antinévrose : face à une société rigide, légaliste et méprisante, il a montré que seuls la communication, l'amour et le respect des hommes, quels qu'ils soient, menaient à Dieu. »

Le psychanalyste n'est ni un conseiller ni un guide, encore moins un directeur de conscience. *Au contraire*, dit Freud, *nous repoussons autant que possible ce rôle de mentor et n'avons qu'un désir, celui de voir le malade prendre lui-même ses décisions.* (Introduction la psychanalyse).

Par le dialogue, le sujet est amené à réfléchir sur sa conduite, mais il lui appartient, à lui seul, de choisir librement sa voie.

Quand on y pense, on s'aperçoit que la psychanalyse repose sur des présupposés profondément généreux : sur la foi en l'homme, sur la conviction que tout individu qui a la possibilité de s'observer profondément peut arriver à se comprendre, à changer sa conduite, à modifier même sa personnalité.

Le précepte de Freud, « *wo Es war, soll Ich werden* » (*où était le ça, le moi doit advenir*), qui résume toute sa doctrine, s'accorde étrangement avec l'idée fondamentale du christianisme, qui considère que tout homme est enseignable et maître de son destin, que le plus grand pécheur peut se racheter en accomplissant les devoirs de justice et d'amour.

Psychanalyse et christianisme ont en commun la même foi en l'homme, le même amour pour l'homme !

Norbert Sillamy  
Psychanalyste