

## Peut-on concevoir le changement social sans changement personnel ?

Nous venons d'un monde qui abordait les choses de manière séparée : il y avait d'un côté les questions sociales et d'un autre le domaine de l'intériorité. Pour relever les défis de notre époque, nous devons dépasser cette vision et développer une approche plus holistique. Il n'y a pas le « moi » et le monde. Les deux marchent ensemble, les deux sont créés dans un même mouvement.

### Changement social et changement personnel vont ensemble

Depuis quelques années, les psychanalystes se sont rendu compte que les pathologies auxquelles ils sont confrontés ne sont pas les mêmes qu'autrefois. Elles correspondent de plus en plus à des troubles de l'identité. Border-line, états-limites, pathologies narcissiques... nous obligent à penser que la perte des repères qui s'est produite dans la société n'a pas été neutre dans la construction du « moi » des individus. La sphère du collectif exerce une influence sur la sphère personnelle.

La psychanalyse qui, dans un premier temps, a porté son attention sur les rapports de soi avec soi, autrement dit sur l'intrasubjectif, s'est ouverte progressivement à la question des relations du sujet avec son environnement. La dimension de l'intersubjectivité, celle du transgénérationnel et le rapport entre la réalité socio-politique et la réalité psychique, auquel René Kaës a donné le nom de « Transsubjectif », ont été de plus en plus abordés et travaillés. L'écoute en cabinet nous permet de mesurer l'impact sur les personnes des changements qui interviennent dans la société. C'est ainsi que, dans *Maltraitance au travail*, j'ai traité d'une nouvelle souffrance à laquelle « les Psy » se sont trouvés confrontés depuis les années 90 et qui a pour cause l'exigence de plus en plus grande de rentabilité d'un monde où l'économique prime sur l'humain.

Parallèlement, il semble qu'une prise de conscience commence, bien qu'encore timidement, à voir le jour dans le champ social. On arrive à formuler l'idée que si l'on aboutit à un certain échec dans les processus de changement au niveau collectif ce serait pour la raison que chacun ne va pas assez voir en lui-même. Chacun, d'une manière ou d'une autre, que ce soit par indifférence, soumission, complaisance, aveuglement, égoïsme, besoin de briller ou de garder le pouvoir, réaction intransigeante, dogmatisme... participe aux défaillances du système général. Il suffit d'observer les querelles au sein des organisations militantes ou des partis politiques pour mesurer le décalage entre les bonnes intentions affichées et le comportement au quotidien !

Etty Hillesum, une jeune femme juive qui a refusé d'abandonner son peuple, au moment de la Shoah, alors qu'elle aurait pu fuir le nazisme, affirmait : « Je ne crois pas que nous puissions corriger quoi que ce soit au monde extérieur que nous n'ayons d'abord corrigé en nous. L'unique leçon de cette guerre est de nous avoir appris à chercher en nous-mêmes et pas ailleurs<sup>1</sup>. » « L'unique leçon » de la crise dans laquelle notre société se trouve aujourd'hui plongée pourrait bien être de nous faire comprendre que intérieur et extérieur vont ensemble et qu'il ne peut y avoir de paix véritable que lorsqu'elle se conjugue à tous les niveaux : paix avec soi, paix avec les autres, paix avec la nature.

### Nous vivons à une période charnière

Comme à d'autres grands rendez-vous de son histoire, l'humanité est en train de vivre, pour reprendre le terme de Karl Jaspers, une « période axiale »: notre monde en crise bascule sur lui-même pour trouver un autre axe. Cette révolution pousse chacun de nous à se transformer en laissant tomber l'ancienne vision pour découvrir la nouvelle en train d'émerger.

En Occident, notre époque est l'aboutissement d'une lente évolution qui a permis la sortie de

---

<sup>1</sup> Etty Hillesum, *Une vie bouleversée*, Paris, seil, 1995, p. 104.

l'individu de l'univers qui l'enveloppait : la nature et la communauté. Le lien ontologique entre nature, société et être humain s'est brisé. Nous sommes les héritiers d'une manière dualiste d'appréhender notre univers qui s'est développée depuis la fin du moyen-âge et qui a imposé la coupure : entre le royaume de Dieu et le monde terrestre, entre la tête et le corps, entre les valeurs masculines et féminines, entre la raison et la chair, entre le monde extérieur et le monde intérieur... Nous sommes aussi les héritiers du siècle des Lumières qui a permis l'avènement de la démocratie en fondant les droits de chacun. En raison de cette double influence, le modèle occidental, qui tend aujourd'hui à s'étendre sur toute la planète, reste fondamentalement contradictoire, voire schizophrène. Il est sans cesse divisé. D'un côté, grâce aux principes universalistes, il permet que la personne soit traitée comme un sujet ayant des droits ; d'un autre, la vision individualiste, rationaliste et utilitariste, issue de la pensée dualiste conduit à réduire cette même personne au rang d'objet !

Si nous voulons que la modernité échappe au danger d'auto-destruction, il nous faut sortir de cette position intenable. Il s'agit de dépasser le modèle individualiste qui voit l'être comme séparé et ne se préoccupe que de ses seuls intérêts. Il stimule à l'infini nos envies et place toute chose sous le signe de l'utilitarisme en s'appuyant sur un discours objectif et rationaliste. Au final, il en arrive à faire payer très cher les avantages qu'il fait miroiter. Basé sur la domination – sur soi-même, sur les autres, sur la nature –, il crée un monde où la prédation exerce ses ravages.

Amener la démocratie plus loin est l'enjeu actuel. Il nous faut mettre la personne en tant qu'être de relation au centre, nous ouvrir à l'altérité afin que chacun soit respecté dans ce qu'il est, dans ses droits fondamentaux. Cela signifie que nous acceptons d'être limités par les droits d'autrui. Adopter une telle attitude demande que nous devenions des sujets responsables, capables d'écoute et, à partir de cette écoute, de comprendre. Alors nous pouvons devenir des acteurs du changement.

## **Le champ de bataille intérieure**

Ecouter autrui va avec s'écouter soi-même.

Pour mettre à jour ce qui nous rend à notre insu participants et complices d'un modèle collectif destructeur - parce qu'il ne prend pas assez en compte l'autre -, il nous faut le courage de faire retour sur nous-mêmes et tenter de nous voir véritablement tels que nous sommes. « Si nous pouvons observer la violence non seulement dans la société – avec ses guerres, ses émeutes, ses conflits nationaux, ses antagonismes de classes – mais aussi en nous, alors, peut-être, pourrions-nous aller au-delà<sup>2</sup>. », écrit Krishnamurti.

De son côté, Hanna Arendt, la philosophe juive qui s'est interrogée sur l'évènement tragique de la Shoah, pose une question cruciale : comment se fait-il que tant d'hommes aient pu suivre les consignes insensées d'un dément ? Sa réflexion, à partir du procès de Eichmann, nous conduit à la notion de « banalité du mal ».

L'expérience célèbre de Stanley Milgram, dans les années 60, qui montre à quel point les humains sont capables d'aller loin pour obéir à des consignes données confirme cette propension de l'être humain à rester aveugle sur les souffrances qu'il est capable de faire subir à autrui. Envoyer des décharges électriques à un élève parce qu'il a commis des erreurs ne semble guère poser de problèmes à une majorité de personnes quand elles sont soumises à l'autorité. « Les deux tiers des civilisés se changent d'une minute à l'autre en abominables tortionnaires pour peu que l'autorité le leur commande<sup>3</sup>. », écrit Gérard Mendel.

Ainsi « homo sapiens » se révèle-t-il être très vite « homo demens » !

De quoi sommes-nous donc faits pour être capables de tant d'inhumanité ?

Deux phénomènes interviennent que la psychanalyse a permis de mettre au jour .

1- A l'origine, existe en nous une peur fondamentale. A partir du moment où le « moi » de l'enfant commence à apparaître, où il émerge de la dyade fusionnelle constituée avec la mère, il se trouve

---

2 Krishnamurti, *Se libérer du connu*, Stock, 1993.

3 Gérard Mendel, *Une histoire de l'autorité*, La découverte, 2003, p. 46.

soumis à une grande menace. « To be or not to be » est le premier enjeu de la vie. Si ma mère détourne le regard, si elle ne fait plus attention à moi, si elle reste préoccupée ailleurs et m'ignore... c'est que peut-être je n'existe pas ! L'angoisse première est immense. Elle existe en chacun de nous à des degrés variés. Elle est, bien sûr, majorée quand nous avons souffert de carences affectives ou quand nous avons subi des menaces contre notre intégrité physique ou psychique. Elle est à l'origine de défenses qui se mettent en place très tôt sous la forme d'une crispation identitaire, crispation sur ce que nous croyons être. Elle nous porte à nous adapter à notre environnement, aussi nocif soit-il, en raison du besoin crucial que nous avons d'être reconnus. L'aliénation et le manque de sens critique sont au premier plan et interdisent l'advenue véritable du « Je », l'advenue du sujet.

2- Plus tard, quand il grandit, quand son « moi » commence à être constitué assez solidement, l'enfant est soumis à la tentation de toute-puissance : à ses yeux, il serait normal qu'il obtienne tout ce qu'il veut ! Ses parents et son entourage devraient satisfaire à tous ses désirs. Il lui faudra apprendre à perdre progressivement ces prérogatives, à découvrir que les limites existent qui viennent mettre un frein à ses envies, voire qui les contrecarrent. Il lui faudra comprendre que la perte, la finitude et la mort sont au coeur de toute vie.

Notre société moderne interfère avec ces deux phénomènes. La perte des repères augmente en nous le sentiment d'insécurité tandis que l'invitation à consommer toujours davantage des produits de plus en plus performants excite notre tendance à la toute-puissance. Un véritable cercle vicieux se produit. Plus notre angoisse augmente, plus nous avons tendance à nous raccrocher de manière addictive à cette consommation effrénée et nous contribuons ainsi à entretenir un monde qui nous détruit. L'infantile en nous est sans cesse stimulé. Nous sommes pris dans un processus qui dit « non » au réel de la vie.

Seule solution dans ce monde en dérive : aller vers moi, écouter mon ressenti, entendre ce qui se dit au fond de moi, comment mon corps me parle. Aller à la rencontre de l'enfant en difficulté qui habite au dedans : le rencontrer, l'accueillir, prendre soin de lui pour que petit à petit je puisse me dégager de ses stratégies de survie. Reconnaître aussi les envies insatiables de cet enfant et parallèlement comprendre davantage que la perte fait partie de ce monde.

Il s'agit, au final, d'être capables, en l'écoutant, de nous défaire de l'infantile, autrement dit de notre prétention à vouloir que la vie soit telle que nous estimons qu'elle doit être. Il s'agit d'affectuer un renversement par une réorientation de nos désirs : nous laisser être dessaisis de notre imaginaire, renoncer à maîtriser le monde pour qu'il réponde à nos besoins et, au contraire, vouloir que les choses soient simplement ce qu'elles sont. Un autre positionnement nous est demandé : l'accueil des situations qui nous sont données à vivre et de ce qu'elles déclenchent en nous. Une présence acceptante à ce qui est.

Dans cette attitude de réceptivité, le coeur s'ouvre. Nous disons « oui ». Nous sommes dans le lieu d'ouverture à plus que soi, à l'autre au dedans et au dehors, à l'univers interne et externe. C'est le lieu de l'unification où nous sommes reliés à la vie qui nous fait vivre.

Jung a donné le nom d'individuation à ce chemin, qui, à l'inverse de l'individualisme, nous conduit à l'humanisation de l'être humain. Voie de reliance où la fraternité n'est plus un vain mot car le développement personnel, à ce stade, n'est plus dissocié du sens des responsabilités vis-à-vis d'autrui.

Si nous accédons à cette dimension de sujets, libres et créatifs, nous devenons forcément des révolutionnaires au regard du monde actuel. Nous devenons ce que Thierry Verhelst appelle des « méditants-militants<sup>4</sup> », des êtres capables de faire évoluer le monde parce que capables de se laisser transformer eux-mêmes.

---

4 Terme repris par Michel-Maxime Egger dans son article « La double transformation. Réorienter son désir pour changer le monde », dans la revue *La chair et le souffle*, 2006, n°1, p. 50.