

Norvège : au sujet de jeux sérieux et la possibilité de redéfinir un paradigme philosophique

Réflexions sur les sessions conduites par Oscar Brenifier

Morten Fastvold, Philosophe-praticien (Oslo)

Réflexions sur les sessions conduites par Oscar Brenifier

Pratiquer des jeux comme exercices intellectuels n'a pas été au centre de l'intérêt des philosophes norvégiens qui désirent s'engager dans l'art nouveau et mal défini du conseil philosophique. Au lieu de cela, nous nous préoccupons surtout des demandes que nos clients expriment en fonction de leurs problèmes intellectuels et émotionnels ; nous abordons ainsi une large gamme de sujets en commun avec les psychothérapeutes. Refusant seulement les personnes présentant des problèmes mentaux sérieux et évidents, nous admettons que nos clients puissent consulter un psychothérapeute mais pour quelque mystérieuse raison, plus ou moins consciente, ils choisissent plutôt de consulter un philosophe.

Nous sommes supposés, dans une très large mesure, procéder avec nos clients de la même façon qu'un psychothérapeute : une écoute attentive de ce que le client nous dit de sa vie et de ses problèmes, et cela dans une approche empathique et pleine de sympathie, avec le vif désir de le mettre en confiance et à l'aise, de façon à créer une atmosphère de confiance. C'est le client, et non le philosophe, qui est supposé maîtriser la thérapie, ce qui lui permet de changer de sujet ou de ligne de conversation comme bon lui semble, sans risquer plus qu'un timide "Vous êtes conscient que vous venez de changer de sujet et mettre fin à notre discussion?", suivi d'un "Allez-y" consentant, quand il ne change pas d'idée et veut poursuivre dans cette nouvelle direction.

En permanence, surtout lors de la première consultation, il nous faut identifier "l'urgence" du client en écoutant avec soin et en posant avec doigté des questions qui puissent révéler son problème réel. Ainsi, avec cette "urgence" plus ou moins clairement exprimée et avec le consentement du client, nous pourrions, avec de la chance, lui proposer quelques clés philosophiques ou quelques pensées opportunes qui lui feront voir son problème sous un nouvel éclairage, en le libérant de la manière étroite dont il percevait le problème et les solutions possibles. Le plus souvent nous considérons ceci comme une expérience de bien-être pour les deux acteurs, même si quelquefois nous rencontrons une sortie émotionnelle inattendue, à laquelle il nous faut faire face. Ces incidents, cependant, sont supposés se produire rarement, et ils ne sont sans doute pas causés par une quelconque provocation montée par le philosophe.

Cette image du philosophe comme "M. Gentil" est peut-être un tant soit peu exagérée, mais je ne crois pas qu'elle soit loin de la vérité. Vrai ou faux, je l'ai moi-même expérimentée de manière évidente, mais en ressentant une gêne en même temps, sans savoir exactement d'où elle provenait. Ce pourrait être la frontière pas très claire entre notre (supposée) profession et une variété de

psychothérapies cognitives et basées sur la conversation ? Ou ma plongée dans le champ embryonnaire de la consultation philosophique m'a-t-elle laissé avec trop peu de succès pour me rassurer quant à mon évolution vers un pseudo-psychothérapeute déguisé en philosophe essayant de faire quelque chose pour lequel il n'a pas été formé ? Où est le lien entre mon savoir philosophique acquis de manière théorique à l'Université, et cette tâche pratique que je suis supposé entreprendre ? Existe-t-il seulement ? Ou la "consultation philosophique" n'est-elle qu'une fantaisie, pleine de bonnes intentions mais néanmoins incapable de créer une nouvelle profession ?

Apparaît alors Oscar Brenifier sur la scène. Il veut proposer des jeux au lieu de la philosophie comme nous - ou en tout cas moi - pensions devoir utiliser. Déclarant que "je ne suis pas intéressé aux raisons pour lesquelles le client vient me consulter", il rejette d'entrée un des piliers supposés de notre pratique (l'identification de la requête du client), et continue en demandant avec insistance que le client produise une idée qu'il considère importante, sans se soucier si elle est vraie ou fausse, raisonnable ou pas d'un point de vue philosophique. Si cette hypothèse n'est pas trop difficile à accepter, on est choqué, une fois de plus, quand Brenifier ne permet pas au client d'expliquer pourquoi il a choisi l'idée avancée et certainement pas de l'habiller d'explication personnelle. Que diable ce "French man" est-il en train de faire ? Se demande M. Gentil (il s'agit de moi). Comment se permet-il de violer l'autonomie de son client quand il ne souhaite ni explication du contexte ni explication complémentaire ?

Jouer simplement d'une idée hors contexte, et sans chercher si elle est vraie ou fausse, peut paraître ne pas être du tout de la consultation philosophique. Pire même, cela semble violer les exigences de considérer et prendre le client comme une personne unique, ce que fait tout psychothérapeute au courant des dernières techniques. Comme les consultants philosophiques, je suppose. Car, qui rêverait seulement de ne pas respecter les concepts d'Empathie, d'Éthique, d'Autonomie et d'Empathie ? Sûrement pas les aspirants au métier de consultants philosophiques de Norvège.

Revenant aux sessions conduites par Brenifier, M. Gentil commence vraiment à se faire du souci quand Brenifier se permet d'interrompre son client à plusieurs reprises, forçant ce malheureux à entrer dans le jeu du philosophe, ce qui augmente sa frustration. J'ai même l'impression que Brenifier, en plein milieu de la pression de retenue et confusion qu'il crée, mène le client à l'aventure en déformant ses arguments et en argumentant lui-même, ce qui produit une confusion suite à quelques conclusions préliminaires bizarres, qui ne rendent pas le client très heureux. On est loin de l'atmosphère de bien-être à laquelle je m'attendais, où l'on espérait voir le client partir souriant. Ici, il se sent manipulé et insuffisamment respecté. En fait, il part plus frustré qu'il n'était venu.

Et il me faut demander : cette sorte de jeu intellectuel plutôt brutal l'a-t-il aidé ? À ce point, ma réponse est : "Probablement pas".

Dans le papier que Brenifier envoie à ses clients potentiels en France, il utilise les mots "jeu" et "exercice" pour définir le genre de pratique démontré. De telles notions montrent que sa consultation n'en reste pas à des jeux et des exercices, mais tant que nous n'en sommes pas certains, je colle à ses

jeux, tels que nous les avons vus ici à Oslo, et tels qu'ils sont mieux expliqués dans son papier. De toute évidence, les jeux de Brenifier sont un défi à notre agréable approche norvégienne de pratiquer, et je me demande à présent si ce challenge n'est pas plus important qu'il n'y paraît à première vue. Y a-t-il en fait quelque chose à en apprendre après tout ? Mon sentiment me dit que oui, et je soutiens que le défi de Brenifier pourrait même se révéler très fructueux, en me forçant au moins à repenser les aspects essentiels de ce que notre profession pourrait être.

Inspiré par Socrate et Platon, et même par la dialectique hégélienne, mettant cette inspiration en évidence dans ses jeux, l'apport de Brenifier à la consultation philosophique ne doit pas être rejeté à la légère. Sans aucun doute, il semble davantage lié à la tradition philosophique que je ne l'ai jamais été, ou cru possible de l'être dans mes premiers travaux de consultation, même s'il ne semble pas être gentil ou accepter les vertus de la manière dont nous le faisons. Mais Socrate était-il connu comme gentil, style norvégien ? Sûrement pas, à en juger par les dialogues de Platon. On l'appréciait, néanmoins. (Typiquement, les Norvégiens tendent à penser que Socrate, parce qu'il était apprécié, devait donc être gentil, l'imaginant alors comme un Père Noël préchrétien mis à mort de manière absurde par ses concitoyens mal inspirés.)

Si Socrate semble ici et là vouloir plaire ou être poli, c'est habituellement par pure ironie, ou pour adoucir la pilule amère qu'il fait avaler à son interlocuteur. Peut-être Socrate violait-il la déontologie du consultant philosophique moderne, ce qui pourra être une discussion intéressante à traiter plus tard. Il suffit à ce point de noter que Socrate discutait sûrement les propositions de son interlocuteur (en général les définitions de termes généraux comme "courage", "tempérance" et "amitié") en dehors de tout contexte personnel, et qu'il jouait d'une façon très habile des jeux intellectuels qui laissaient son interlocuteur (habituellement une personnalité de la société) aussi confus et frustré que l'a fait récemment Brenifier avec ses questions. Relisant quelques-uns des premiers dialogues de Platon, je comprends une fois de plus combien les examens de Socrate étaient pour sa victime une expérience perturbante et même douloureuse, examens qui mettent en abîme en montrant que l'on ne savait pas ce que l'on croyait qu'on savait. Les curieux qui observaient à Athènes auraient sûrement dit, comme un participant à une session-séminaire animée par Brenifier, que : "C'est intéressant d'observer, mais je ne préfère ne pas être la personne que vous êtes en train d'interroger."

Mais on peut se demander : qu'est-ce que Socrate a accompli en dehors de cette pratique négative de vous faire douter de ce que vous savez ? Ébranler l'assurance d'une personnalité est peut-être acceptable sur la scène de l'Agora athénienne, où cette personne est d'accord pour un examen par Socrate de ses facultés en intelligence intellectuelle. Mais le dialogue dans un bureau de consultant n'est-il pas autre chose ? Les gens qui désirent nous consulter n'ont peut-être aucune assurance ; plus vraisemblablement, ils ne sont pas sûrs du tout d'eux-mêmes, doivent faire face à un problème, ne sachant que faire ou quelle voie suivre. Ce dont ces gens ont le moins besoin, on penserait, est d'être encore plus perturbés qu'ils ne le sont déjà par les jeux intellectuels d'un philosophe, conduisant à rendre leur faiblesse encore plus évidente qu'ils ne pensaient. N'est-ce pas simplement de se conduire ainsi avec qui recherche aide et sagesse pour sortir d'un état de détresse ? Ils viennent nous

voir, vulnérables et pleins d'espoir, pour être consolés et guidés - et on les mène dans un type de jeu auquel ils ne s'attendaient certainement pas, avec le sentiment d'être interrompus et manipulés sans respect pour leur autonomie. Peut-on s'attendre à ce qu'ils payent un bon prix pour cela?

La crainte qu'une approche socratique, même justifiée, puisse se révéler mauvaise pour le business m'est, hélas, venue à l'esprit. Dans un monde où les gens ont appris à se considérer comme clients dans toutes les facettes de la vie et dans leurs transactions avec des professionnels, nous avons tendance à penser que "le client a toujours raison" et que la satisfaction de ses exigences à court terme est quelque chose qu'on ne peut ignorer. Sans adopter exactement une attitude "cherche-à-faire-plaisir", on se sent obligé de se soucier du bien-être du client, en essayant d'éviter ce qui pourrait lui déplaire. Ceci, nous pensons, fait partie du respect de l'autonomie de l'autre - ce qui est faire preuve de l'éthique qui est supposée guider notre conduite de " professionnel " véritable. Bizarre, alors, la manière dont commerce et éthique ont trouvé un terrain d'entente dans la vie professionnelle. Cela fera-t-il finalement le toilettage des plus proches parents de l'homme l'idéal de toutes les entreprises professionnelles, y compris la mienne ? Je le crains.

Tout à fait différent de l'approche socratique, mais largement accepté comme moyen d'affronter la détresse personnelle, est le concept **psychanalytique** du flux libre d'associations, où le client est libre de dire ce qu'il veut, révélant ainsi des traumatismes cachés remontant à son enfance, en partie en montrant sa difficulté à répondre à la demande impossible de parler vraiment en toute liberté, sans définir ses thèmes comme plus ou moins importants, et sans censurer ses pensées d'une manière quelconque. Depuis Freud, cette situation psychanalytique classique a été le paradigme de la pensée dans le domaine de la psychologie, même chez les psychologues qui ne sont pas d'accord avec l'approche de Freud. L'emphase sur l' "inconscient", l'importance cardinale des sentiments et l'abîme d' "irrationnel" de l'esprit humain, des "névroses" et des "dysfonctionnements de personnalité" hantés par les "résistances intérieures" pour comprendre la terrible vérité au fin fond de l'âme - toutes ces notions ont repoussé la raison du centre de la scène, la reléguant au domaine sans rapport des "pensées libres". Une tendance contre laquelle les psychologues nous avertissent est le besoin du client à "intellectualiser ses problèmes", considérant que les facultés intellectuelles font partie de la résistance de l'esprit à révéler les sentiments inconscients - honte, culpabilité, peur, pour en citer quelques-uns - que le client a occultés pour rendre sa vie supportable, en dépit des symptômes d'insatisfaction et de frustration qu'il produit. Les sentiments et pas l'intellect sont essentiels ; les sentiments traduisent de la profondeur ; l'intellect, de la superficialité. Aussi ne vous laissez pas mener par les gens qui pensent trop. Aller dans leur sens est leur rendre un mauvais service, en les laissant se faire piégés dans leur refus de comprendre ce qui gouverne leur vision de la vie et leur conduite.

Une autre partie de cette image - que j'appellerai "le paradigme psychologique" - est l'énorme quantité de temps qu'une psychanalyse classique exige. Voir l'analyste trois ou quatre fois par semaine n'est pas hors de l'ordinaire, et même si la plupart des psychanalystes contemporains ont abandonné ces idéaux pour des méthodes beaucoup plus rapides et supposées plus efficaces, c'est

encore un présupposé que soigner l'esprit d'une personne requiert beaucoup de temps, et que le client a à parler longtemps pour établir un lien avec le problème réel qui le trouble. Comme Foucault l'a noté, les Européens ont, depuis longtemps, développé une foi très forte dans la confession - étaler tous nos péchés et pensées malsaines - qui est essentielle à tout traitement psychologique d'inspiration freudienne. Notre foi dans le pouvoir thérapeutique de la confession orale constante est devenue si forte qu'elle n'est même plus discutée, même si, à l'origine (et des siècles avant Freud), elle était propagée par l'église catholique, pour catégoriser et contrôler la sexualité humaine, et dans l'espoir de mettre notre énergie sexuelle à meilleur usage. Cet outil de contrôle qu'est la confession fut ensuite adopté par les scientifiques et la société, faisant du pouvoir thérapeutique de la confession pas le seul, et peut-être pas le plus important des enjeux. Dû en grande partie à Freud, cet aspect de contrôle que revêt la confession a échappé à notre attention par son fameux libre flux de parole, proclamé la route royale vers l'inconscient, et donc vers la libération de notre prison intérieure créée par nos parents et nous-mêmes.

Pourquoi cette longue digression psychologique ? Eh bien, je pense qu'elle nous donne une clef quant au pourquoi nos contemporains, y compris moi-même, en sont à avoir si peu de foi en la raison. On nous a habitués à considérer la réflexion personnelle comme inutile, et au mieux comme une activité purement intellectuelle qui peut trouver une beauté en elle-même dans les tours d'ivoire de la philosophie académique, mais sans conséquence sur notre vie personnelle. Les philosophes maintiennent une tradition qui a brillé pendant des siècles, mais qui à présent s'est réduite à une entreprise ôtée de ses prétentions à être scientifique, et donc importante pour la vie sociale. En même temps, les psychologues se targuent de leur prétention scientifique, et nous font croire que nous ne pouvons aider les gens aussi bien qu'ils le font. Si quelque thérapeute cognitif fait les manchettes des journaux ou à la télévision en criant qu'il guérit de la peur des serpents ou de l'altitude, ou permet d'arrêter de fumer après quelques sessions, nous pensons vraisemblablement "si ça pouvait être vrai !" sans y croire vraiment parce que, j'insiste encore, notre faculté réflexive est superficielle et que la guérison de telles peurs et habitudes profondément ancrées est supposée prendre beaucoup de temps. Rejetant la vieille conviction socratique qu'un homme qui sait ce qui est bien fera le bien comme trop naïve, occultant notre profonde connaissance de l'irrationalité humaine, nous sommes collés au paradigme psychologique, qui réduit nos ambitions à donner des conseils légers, beaucoup plus superficiels que ce que les psychologues peuvent obtenir.

Que peut-on donc faire avec notre position plutôt faible ? Peut-on même faire quelque chose ? Je crois qu'on le peut, et que l'abandon du paradigme psychologique est crucial pour avancer. Une façon de réaliser cela est de repenser à nos expériences personnelles comme si nous étions psychologues par choix, dans la vie de tous les jours, à l'écoute d'une épouse ou d'un parent ou bien d'une relation ou d'un ami à la manière attentive des psychologues, en laissant l'autre parler librement pour vider ce qu'il a sur la poitrine. Chaque fois, moi, au moins, j'espérais amener un tel sujet à révéler à lui-même quelque chose qui éclairerait sa situation, et lui permettrait d'entreprendre un tel changement intérieur. Ce qui, le plus souvent, n'est pas le cas, le sujet restant tel quel, en dépit de mes longs et persistants efforts dans l'art de l'écoute et du conseil empathiques. Peut-être suis-je

devenu trop pessimiste de ce point de vue, ou ai-je eu moins de chance que d'autres dans mes efforts, mais je suis de toute manière écoeuré de ces paroles sans fin qui ne mènent nulle part, sauf à la satisfaction pour l'autre d'avoir été au centre de mon attention pendant des heures.

N'ayant pas de formation professionnelle dans ce domaine explique en partie ces maigres résultats, mais pas la totalité, je le crois fermement. Revenant sur ce qui est typique de tels dialogues sans résultats avec des personnes qui changent à peine, je remarque leur malhonnêteté intellectuelle : la manière dont leur pensée s'est égarée, soit en évitant des conclusions évidentes ou en sautant sur d'autres conclusions, en évitant d'aller au bout de leur pensée (mais jusqu'au point où ils ne sont pas à l'aise et deviennent même hostiles), ou en soulevant des arguments ou d'autres sujets sans rapport aucun avec l'objet de la discussion, échappant ainsi dans une confusion commode, ou refusant d'admettre la force d'une argumentation supérieure à la leur. Tout cela pour garder leur état actuel, pour préserver leur statu quo, comme un rocher interchangeable qui est, une fois pour toutes, devenu leur identité chérie. Ils sont sans aucun doute malheureux ou frustrés, et ils veulent sûrement se débarrasser de tout cela. Mais au moyen de changer leur "identité" un minimum ? Jamais. "Je suis qui je suis", les gens aiment à dire, et "vous devez m'accepter tel que je suis". Et un récent synonyme "Il vous faut respecter mon autonomie". Mais qui objecterait à cela ? Certainement pas quelqu'un qui veut être amical, moral et gentil.

Ce qui, à la réflexion, me frappe également est la facilité avec laquelle j'ai accepté une telle malhonnêteté intellectuelle, de manière répétée, sans même me reprocher ce laisser-faire. Et si c'était parce que j'avais tendance à croire que : "Bah, ce ne sont que réflexions d'intellectuel et non ce qui est réellement important ! Ce n'est qu'une compréhension plus claire des vieilles souffrances qui pourra le libérer de son état ou de sa frustration, et pas une querelle sur une proposition ou un point de vue spécifique."

Bref, le paradigme psychologique m'a "eu". Comme c'est l'habitude avec la réflexion sur le paradigme, je l'ai adopté sans mettre en cause son exactitude ou sa validité. Parce que c'est un paradigme, il constitue le cadre de pensée pour une spécialité, comme ce qui pourrait causer et éliminer les souffrances de l'esprit humain. Ici, au moins, j'ai repéré la tâche responsable de mon embarras sur ma profession. Je comprends à présent qu'essayer de pratiquer la consultation philosophique en utilisant le paradigme psychologique est comme jouer au football dans la forêt ; vous pouvez réussir des coups brillants à l'occasion, mais la plupart du temps vous vous sentez handicapés par les arbres et les mottes, ce qui vous convainc que vous êtes à un endroit où vous ne devriez pas faire ce que vous faites.

Si je ne vais pas jusqu'à affirmer que le paradigme psychologique est faux (ce qui est aller vite en besogne), je sens tout au moins le besoin de sortir de la forêt, pour trouver un nouveau terrain plus adéquat à notre activité. En premier, je trouve utile de poser une ou deux importantes questions du type "qu'arriverait-il si" : et si on trouvait une force mentale libératrice dans l'espace prétendu aride de l'argumentation intellectuelle, peut-être aussi puissante ou même supérieure à celle qui résulte de

l'effort d'identification des vieux traumatismes dans l'histoire personnelle du sujet ? Et si la quête de l'honnêteté intellectuelle se révélait une voie royale et très rapide (comparée aux traitements psychanalytiques) pour libérer le sujet de la douleur et des frustrations ? Sommes-nous, nous étudiants en consultation philosophique, seulement formés à nous poser de telles questions ? Franchement, je ne le crois pas, et cette idée est suffisamment provocatrice en elle-même.

Voilà, je crois, la vraie question soulevée par les jeux philosophiques provocants de Brenifier. D'ailleurs, cela a soulevé beaucoup de polémiques durant ses multiples occurrences, que ce soit la consultation particulière, le café philosophique ou la philosophie dans les classes à l'école. Depuis, j'en suis venu à considérer ce bouleversement sous un angle nouveau, trouvant remarquable qu'il se produit systématiquement, ce qui rend peu probable qu'il s'agissait de coïncidence, due à l'interlocuteur ou à l'école en question. Non, ce bouleversement semble être la règle, et non l'exception dans les jeux que Brenifier aime nous faire jouer. Ce qui est aussi remarquable, c'est que de tels jeux purement philosophiques puissent faire jaillir autant de trouble et d'émotions, en plusieurs occasions, en révélant quelquefois beaucoup du stress et des obstacles existant dans l'esprit du sujet. En dépit du souci d'éliminer la "vie" du jeu, cette "vie" ne cesse de jaillir, dérangeant et prolongeant le processus assommant d'énoncer une proposition et de travailler sur son contenu et ses implications, aboutissant quelquefois à l'impossibilité d'y arriver.

(Traduit de l'anglais par Georges Tahar)