L'EMPATHIE EN PSYCHOTHERAPIE

MECANISME VITAL ? OUI
PRETENTION DU THERAPEUTE ? BIEN TROP SOUVENT
A ELLE SEULE SUFFISANTE ? NON

John M. SHLIEN

Traduction par Françoise Ducroux-Biass à la demande de l'auteur.

En anglais, le terme « empathy » est un nom abstrait, d'origine et d'influence germanique particulières. Du fait de cette abstraction il circule bien des définitions de l'empathie. En tant que qualité personnelle celle-ci est grandement répandue suivant la perception que l'on en a. Tout individu qui fait l'expérience de l'empathie a le droit de proposer une définition. La mienne est simple. "L'empathie" est l'une des diverses formes essentielles de l'intelligence, une forme expérientielle de telle importance pour l'adaptation que la survie physique et sociale en dépend. Il s'agit d'une aptitude normale, naturelle, banale, presque constante, presque inévitable. Sa nature ne détermine pas son utilisation. En soi, elle n'est pas une "condition" de la thérapie, mais peut-être en est-elle une pré-condition.

L'empathie rend capable. Elle peut être nécessaire, mais elle n'est certainement pas suffisante. Et puisqu'elle n'est pas chose rare, bien qu'elle puisse servir à parer notre vanité professionnelle, elle ne peut être prise pour chasse gardée de la pratique de la profession. Ceux qui, comme Kohut, pensent que c'est un "marqueur du champ" doivent alors considérer la majorité des êtres humains comme des ouvriers de ce champ. Bienvenue à ceux d'entre-nous qui estiment que les principes de la psychothérapie ne sont que l'affinement des meilleures d'entre les relations humaines ordinaires. Et ceux pour qui, à l'instar de Rogers, l'empathie est garante de gentillesse, de bienveillance ou de réciprocité devraient pouvoir aussi l'envisager comme instrument de cruauté. Le sadiste, et plus particulièrement le sadomasochiste, fait un usage intense de l'empathie, mais avec la sympathie en moins. Le sadiste connaît votre peine et s'en régale. Le chasseur qui pointe son fusil sur sa cible votante, s'élance avec l'oiseau pour le tuer. Empathie et sympathie ne vont pas toujours de pair[1] . En fait l'empathie peut être une arme de guerre, un avantage dans toutes les formes de compétition, et de coopération. Au football américain, le quarterback[2] lance la balle à un autre joueur qui court vers le but. Malgré les apparences, il ne reste pas simplement sur place. Une partie de lui-même, une partie de son intelligence court avec celui qui va recevoir la balle. Il "s'étend" emphatiquement et peut ainsi calculer la trajectoire qu'il va utiliser pour lancer la balle avec succès. Le champion de tennis sait à l'avance où va atterrir une balle bien frappée.

[1] Sur l'autoroute vous avez certainement rencontré un autre conducteur qui savait exactement ce que vous voulez faire: changer de file, le dépasser, tourner, etc. -. et qui adroitement vous empêchait de le faire. C'était 'empathie, sans la sympathie.
[2] Qarterback joueur qui donne le signal du jeu et mène l'offensive de son équipe (Webster)

Il sent la tension des cordes, le son et la compression de la balle ainsi que la mauvaise position de son partenaire. En résumé, l'empathie peut être utilisée pour aider comme pour nuire et ne communique pas automatiquement son champ d'activité ni son intention. Elle peut n'avoir aucune intention qui lui soit propre, si ce n'est celle de fonctionner comme tout organe vital.

La manière dont fut inventé ce nom est l'une des sources de la confusion. Ce terme a été forgé dans un système linguistique qui permet la combinaison de plusieurs mots en une seule et nouvelle entité. Par exemple on a le terme "feeling" (sentiment) puis "feeling of or with" (sentiment de ou avec) etc.... Dans le cas de "empathy" il y a "feeling in or feeling into" (sentiment en ou dans). En allemand ces mots n'en font plus qu'un seul. Si le style de cette langue est connu pour les plaisanteries qu'il génère, il n'en est pas moins vrai qu'il a aussi un effet réel sur la manière de penser. Quand "in-feeling" devint une seule combinaison pour donner "Einfuhlung", écrit avec une majuscule comme tout nom allemand, ce fut instantanément un mot nouveau comme s'il s agissait d'une idée nouvelle. L'emballage est au concept ce que le médium est au message. Mais "empathy", traduction anglaise du nom Einfulung, de forme verbale active, est au départ inerte et devra se frayer un chemin (vers le haut ou vers le bas) pour atteindre la forme active "empathize" (empathiser).

Nous tenons pour acquis que l'empathie est une capacité humaine universelle. Certes les français n'en manquent pas, ni en tant que nation ni en tant que culture. Mais, comme dans bien des cultures, la langue ne connaît pas ce mot, pas plus que ne le connaissait l'allemand avant le mot composé Einfuhlung, ni l'anglais avant l'introduction de la traduction "empathy". Après la première et la deuxième guerres mondiales, et étant donné l'antipathie culturelle pour tout ce qui n'est pas français, l'allemand en particulier, les traducteurs français ont peiné sur le mot: "une pénétration sympathique" (en suisse français)[3]! Ou encore "affection" ! La solution actuelle consiste tout simplement à écrire le mot "empathie" et à lui donner pour sens ce que les anglais entendent par là-même. Pendant longtemps les italiens ont utilisé le terme "simpatico" d'une manière générale comme nous utilisons maintenant le terme "empathy", et il se pourrait bien que des climats et des cultures plus expressifs n'aient pas éprouvé le besoin d'inventer un mot pour représenter leur sensibilité, comme le firent les tribus allemandes teutonnes ou britanniques anglo-saxones avec leurs manières plus brusques ou plus formelles.

Le langage influence la pensée et la pensée influence l'action, (parfois l'influence va en sens inverse). Mais quand un mot est traduit à partir de son contexte originel, dans lequel il pouvait avoir quelque spécificité, il perd cette spécificité et devient encore plus abstrait. De quand date et comment nous est parvenue cette version ? Cela s'est passé aux environs de 1910 lorsque E.B.Titchener, qui vivait aux Etats Unis, traduisit "Einfuhlung" par "empathy". Bien qu'il fut anglais, Titchener avait été l'élève de Wundt à Leipzig (le nom de Wundt revient constamment dans la culture qui nous a donné Einfuhlung, marquant ainsi l'influence fondamentale du personnage). Ce fut Wundt qui, en tant que sujet de psychologie, définit la matière comme "expérience immédiate" alors que Titchener passa la plus grande partie de sa vie a faire des recherches sur l'"introspection"; expérience immédiate, introspection : deux notions de grande importance dans l'avancement chaotique de la psychologie clinique. Titchener fut parfois appelé la "psychologie existentielle"!

Au commencement on a joué avec le mot "empathy". Titchener considérait qu'il faisait faire de l'exercice "aux muscles de son esprit" (quelque peu alambiquée, sa métaphore!).

[3] Signification donnée par un dictionnaire électronique américain.

Einfulhung n'était pas tant associé a la douleur qu'a l'agréable, voire au plaisir. Le suffixe "thie" dans empathie y introduisit un sens différent de par sa connexion avec le grec "patheos": maladie, souffrance, "souffrir avec". C'est ainsi que sonnant joliment "clinique" le terme prit ses distances avec le mot "'sym-pathie" et l'idée qu'il sous-tend, et qu'il offrit aux psychologues un mode de fonctionnement qui diffère tant soi peu de la sympathie ordinaire des gens ordinaires. Puis, au fur et a mesure que le terme "empathie" se répandit dans ta culture populaire il devint adjectif - "empathique" (comme dans compréhension empathique) pour finalement donner le verbe "to empathize" (empathiser). Le credo cartésien "je pense donc je suis" qui subit tant de transformations dans les sphères de la psychologie et du théâtre ("je parle", donc je sens, je rêve, je ris) se métamorphosa en une grossière méprise psychologique "j'empathise, donc je suis thérapeutique". Erreur, oh! combien, regrettable. Un nom s'est changé en verbe et une attitude en technique. Comment? Par extraction et mécanisation des procédures

Il serait peut-être utile de prendre un autre exemple, tiré du sport, lui aussi, simple divertissement sans aucune connotation psychologique. Il s'agit de quelque chose d'actif, donc de visible, ce que n'est pas l'empathie intellectuelle. Un archer voyage avec son arc. Son voyage commence avant que la flèche ne s'envole, alors qu'il évalue la distance, la trajectoire, sa propre force. Dès l'instant de la détente l'archer se trouve entre la flèche et la cible. L'empathie est à l'oeuvre pendant tout le processus du tir à l'arc.

Il existe bien des machines qui calculent les facteurs de vitesse, de force, de distance, de vent. Il y en a même qui opèrent la mise a feu. Il ne s'agit pas là d'empathie mais tout simplement d'une performance qui repose sur l'expérience et la connaissance tirées de l'empathie, tout comme le thermomètre repose sur la réponse humaine subjective aux degrés de froid et de chaud. Ce n'est qu'une performance dérivée, sans capacité de mise au point, d'invention, ni même de distinction entre le vrai et le faux.

Lorsque l'attitude se fait technique, l'empathie devient un produit de marketing pour la psychologie, un élément du vocabulaire de loisir et une sorte d'Art de la Performance pour les thérapeutes. On a "extrait les procédures". Ceux qui se croient bien pourvus de sensibilité empathique s'en vantent, alors que ceux qui pensent en être dépourvus se considèrent comme atteints d'un "syndrome de carence" auquel une formation en sensibilité pourra remédier. De nos jours la psychothérapie prend des allures théâtrales; des films professionnels, des causeries télévisées et du cinéma à sensation font croire, à tort, que le plus sensationnel est le plus efficace. L'"empathie" est maintenant populaire et, quand elle est vulgarisée, elle devient une forme de soutien de douteuse sincérité: Dans un sitcom, l'adolescent père putatif dit à sa petite amie qui a peur de l'avortement : "j'empathise vraiment avec ca"; A la télévision le président dit aux chômeurs: " je sens votre peine"; Au cours du procès télévisé d'un meurtrier, un professeur de droit de l'Université de Columbia conseille à la cour d'essayer d'empathiser davantage avec les victimes.. Qu'a-t-il en tête, au juste, ce professeur? L'empathie avec les morts ? Pourquoi pas ? (On devrait y réfléchir)... Ou bien s'égare-t-il simplement en pensant que c'est ta même chose que la « sympathie » ?

A l'heure actuelle thérapeutes et autres parlent beaucoup moins de leur capacité de bien comprendre autrui. Par contre ils réalisent des exploits d'empathie. Prenez, par exemple, Paul Goodman, brillant écrivain, théoricien, sponsor du Living Theater, et l'un des auteurs du livre intitulé "Gestalt Therapy" (Hefferline, Perls and Goodman, 1951) Goodman écrit que lorsque, en sa fonction de thérapeute, il est en présence d'un cas de jalousie, il dit : « j'empathise complètement, je peux prévoir la phrase qui va suivre ». (Stoehr, 1994, p.200).

Et il s'agit là de l'un des exemples les plus anodins d'empathie comme art de la performance". Il faut d'ailleurs noter que Goodman mérite qu'on lui prête sérieusement attention car c'est l'une des personnes les plus intelligentes et les plus lucides qui soit en psychothérapie, même "s'il n'en est pas un représentant conventionnel. Il n'est, en fait, ni moins conventionnel, ni moins théâtral que son collègue Friz Perls dont les idées devinrent des conventions, à l'exception de sa théorie originale et moins connue de la "Dental Agression"[4] (Stoehr, p. 82). A ce propos, il faut remarquer que Perls a étudié la mise en scène avec Berthold Bretch à Berlin, lorsque Bretch écrivit dans l'Opéra de Quatres Sous: "Qu'est-ce qui maintient l'homme en vie ? C'est qu'il se nourrit des autres. (Brecht, 1934). Ce qui ne signifie pas que la tendance théâtrale soit réservée aux milieux de la Gestalt.[5] Lorsque, vers la fin des années cinquante, Carl Rogers fut devenu assez célèbre pour être interviewé par le 'Time Magazine", le journaliste lui demanda quelle serait à ses yeux la rubrique qui conviendrait le mieux à l'article. Après avoir considéré les divers choix possibles -l'art, la littérature, les affaires, la médecine - Rogers répondit, semi-plaisantant : "Pourquoi pas le théâtre"?

Il est vrai que le grand drame est souvent présent en psychothérapie. Trop souvent exploité sous forme de divertissement. Mais ce n'est pas une excuse pour les thérapeutes qui se vantent d'être empathiques et/ou congruents. Leur performance auto-proclamée ne leur cause pas trop de problèmes mais, puisqu'il s'agit de leur état intérieur, nous n'avons qu'à accepter leurs dires. Qui plus est, l'empathie n'est pas une théorie thérapeutique, ni même l'une des conditions avancées par les rogériens. Elle ne nécessite pas le "contact entre deux personnes dont l'une est en état d'anxiété". Point n'est besoin de deux personnes; l'empathie se pratique en jouant au cerf-volant. De ce fait, alors que l'empathie est un facteur important, voire essentiel, au service de la compréhension, elle n'est pas, en soi, la conséquence escomptée de la compréhension.

L'empathie n'est pas non plus difficile à obtenir. Elle vient. Le problème est de savoir comment l'utiliser sagement. A mon avis, l'empathie a été surestimée, insuffisamment étudiée, conçue avec enthousiasme mais sans précaution. En bref, à l'instar du St Graal, elle a été considérée comme une "connaissance reçue". Au lieu de cela, elle peut être une combine, un "costume thérapeutique", un acte lourdement teinté d'orgueil et de vanité. Elle a été prise à la fois comme moyen et comme fin; en thérapie, elle est devenue un substitut facile de l'intention vraie et du vrai travail, à savoir la sympathie et la compréhension.

La sympathie, "feeling for" (sentiment pour) est une sorte d'engagement. Ce n'est pas le cas de l'empathie. L'heure est peut-être venue d'appeler la sympathie "une manière d'être mal appréciée"? Pour moi, elle fonctionne à un niveau de développement moral plus élevé que l'empathie. En fait, l'empathie pourrait n'avoir pas plus de statut moral que le système circulatoire. Contrairement à l'empathie, la compréhension implique un effort de l'ordre de la volition et un service. Quand il y a compréhension empathique c'est la compréhension qui favorise la guérison à partir de l'intérieur (l'intérieur étant la seule source sossible). La tache difficile est de comprendre. L'empathie seule, sans la sympathie, et plus encore sans la compréhension, peut être dangereuse.

---

[4] Traduit en français par "agression dentale"

[5] Il ne s'agit pas d'une simple conjecture. Dans le livre de Stoehr (1995), Lore Perls affirme explicitement que "le premier amour de Friz Perls" était le théâtre. A mon avis, il ne l'a jamais quitté, mais il en a transporté l'intérêt jusque dans sa pratique de la psychothérapie. Dans ce même livre on trouve un certain nombre de commentaires sur les exercices d'agression: "Vous auriez dû le voir, en pratique, manger vivants ses patients" pour comprendre ce qu'était l'agression dentale".

Il est primordial de donner à l'empathie l'importance qu'elle mérite, mais il est également important de veiller à ce que, par le biais d'une substitution inconsidérée, elle ne sape, voire n'oblitère, les valeurs positives de la sympathie et de la compréhension. L'effet dépasse de loin le domaine de la pratique de la psychothérapie. De nos jours c'est une société tout entière qui est touchée et qui perd lentement le vocabulaire et la conscience de la compassion. Dans la mesure ou ces concepts et ces pratiques créent cette perte, ils sont coresponsables de la maladie qu'ils prétendent soigner.

Innocence tous azimuts : l'Histoire prend les couloirs de service.

Plus ou moins par accident, simple coïncidence de temps et d'intérêt, j'ai eu le privilège d'être observateur-participant, une espèce de témoin en stand by, du développement de la théorie de l'empathie tel qu'il eut lieu à l'Université de Chicago, après la deuxième guerre mondiale. Par un concours de circonstances unique cette université fut un lieu de voisinage étonnant. George H. Mead, ancien élève de Wilhelm Dilthey en Allemagne, avait laissé dans ce pays sa tradition d' "interaction sociale" ainsi que Blumer et d'autres qui firent publier à titre posthume la collection de ses oeuvres sous le titre "Mind, Self and Society" (l'Esprit, le Soi. et la Société J. Mead, 1934). La Division des Sciences Sociales était un lieu de ferment intellectuel et interdisciplinaire. Bruno Bettelheim, qui habitait à quelques pas de là, s'était fait localement un nom en tant que maître de l'antipathie, laquelle antipathie a, en fait, servi à définir l'empathie par le biais de la démonstration de son contraire. Heinz Kohut venait d'arriver d'Autriche, (il habitait la porte à côté). Il pensait qu'il lui faudrait plusieurs années avant de publier ses pensées sur l'empathie. Il n'avait pas été directement élève de Freud, mais il l'avait vu une fois à la gare de Vienne quand, contraint et forcé, Freud partait pour Londres afin de mettre à l'abri sa précieuse fille Anna et une partie de sa bibliothèque (dont certains écrits de Théodore Lipps). En outre, quelques années plus tard, Martin Buber fut chargé de cours à Rockfeller Chapel. L'université réunissait donc plusieurs célébrités qui prenaient généralement grand soin de s'éviter et qui transmettaient leur influence par l'intermédiaire de leurs étudiants. Je fus l'un d'entre eux.

Carls Rogers, qui faisait déjà figure de sommité, était à l'orée de l'une de ses périodes les plus productives. Il avait une vive intelligence, un grand talent pour reconnaître et assembler idées et résultats de recherche. Ses pratique et théorie plutôt novatrices en psychothérapie lui assuraient une telle notoriété que toute idée nouvelle qu'il soutenait était reçue avec beaucoup d'attention. Ainsi que le disait l'historienne et artiste Eva Kuryluk "Parfois l'histoire hiberne, parfois elle court comme une Gazelle". C'était le temps de la Gazelle.

J'avais comme intérêt principal l'anthropologie culturelle et plus particulièrement la "sociologie de la connaissance". Rogers et son école de pensée (qui me laissait sceptique), m'offraient de tentantes possibilités. A cette époque, il compilait et rédigeait son livre intitulé « Client-Centered Therapy » « La Thérapie Centrée sur le Client », ouvrage non traduit en français (Rogers, 1951) dont l'exposé théorique était capital et la position philosophique puissante. Je suivis certains de ses cours et séminaires qui me donnèrent l'occasion de le rencontrer souvent de manière informelle. Son honnêteté, son franc-parler, sa réserve gagnèrent mon respect au point que j'aurais eu l'impression de le trahir en analysant ce matériau d'un point de vue sociologique, laissant ainsi de côté la substance la plus importante de son travail.

Du coup, mon intérêt se recentra sur des questions qui, jadis, avaient attiré mon attention, a savoir comment comprenons-nous une autre personne, qu'en savons-nous, comment le savons-nous ? Lors de notre rencontre suivante, je tendis à Rogers un livre qui avait pour titre: "The philosophy of the AS-IF " (La Philosophie du COMME-SI) (Vaihinger, 1924). Il s'agit du traitement de la connaissance et, aussi, des idées en tant que fictions que nous devons imaginer comme réelles, pour en découvrir la signification. Il me semblait qu'il y avait quelque chose d'intéressant dans cette théorie que Rogers pourrait mieux saisir que moi. Au cours de cette même rencontre, je mentionnais également une autre de mes lectures sur les idées d'un psychologue du nom de Lipps, qui m'avait frappé par sa drôlerie. En guise d'illustration, l'auteur dont le nom m'échappe, avait pris pour exemple des hommes qui déambulaient dans les rues de Vienne avec des cannes ou des parapluie roulés. Pourquoi des cannes ? Pour remplacer la queue qu'ils avaient perdue dans leur évolution depuis la période simiesque, sorte d'extension d'eux-mêmes dont ils avaient besoin pour sentir leur environnement. Nous avons ri et trouvé drôle que l'auteur ait éprouvé le besoin de relier les sciences sociales au très respecté establishment scientifique qu'est le darwinisme. Toutefois, dans cette discussion, deux questions sérieuses étaient apparues. D'abord, l'idée de l'extension de soi que l'on trouvait à la fois chez Vaihinger et chez Lipps. Ensuite, le mot "empathie" utilisé par Lipps. Ce mot a attiré notre attention tel un aimant, comme il le fait de nos jours dans le domaine de la psychologie. Il nous semblait que c'était un mot que nous connaissions ou reconnaissions vaguement, ou que nous nous préparions à entendre.

Il était dans l'air, mais nouveau pour moi, et pour Rogers aussi, je crois. Nous en avons parlé et nous avons parlé également de la "couvade" et du bâillement. En psychologie sociale (Allport, 1923/37), nous avions tous les deux vu des photographies montrant des spectateurs qui levaient la jambe et s'étiraient en même temps que le perchiste essayait de passer la barre au dessus de leur tête . Nous connaissions donc l'empathie comme "idéo-moteur", ou imitation sympathique, ou quelque chose de ce genre. Nous connaissions également le travail de Titchener sur l'introspection. Mais nous n'avions jamais entendu parler de son invention du terme "empathie", et encore moins de la description qu'il en donnait. Cela nous aurait intrigués.

De la manière égocentrique qui est la mienne, j'ai pris à coeur l'idée des "extensions" et je me suis souvenu de mes expériences de conduite automobile lors de ma période de délinquance juvénile. Avec des camarades nous conduisions nos voitures dans des endroits étroits en faisant tout juste "cliquer" les ailes contre les murs, les arbres ou d'autres ailes. Comment peut-on faire cela? En étendant son corps, tout soi-même, dans le corps-même de sa voiture. Vous vous déployez dans toutes ses dimensions, dans ses roues, ses ailes et encore dans le moteur. Une éraflure sur votre voiture, c'est une éraflure sur vous-même. En fait, vous êtes devenu tellement sensible à la vitesse du moteur et à la transmission que vous sentez le moment de synchronisation entre les deux et que vous pouvez changer de vitesse sans même toucher à l'embrayage. J'ai expliqué cela à Rogers. Il a été intéressé mais pas convaincu. Conducteur plus attentif et plus méthodique que lui, ça se voit rarement; les concepts et les gens l'intéressaient davantage.

Lors de notre rencontre suivante, c'était au tour de Rogers d'être excité. Bien qu'ayant déjà son chapeau sur la tête, prêt à partir, il me fit entrer dans son bureau, me tendit le livre de Vaihinger sans commentaire, et me dit: "Vous vous rappelez ce dont nous parlions, l'autre jour ? Il faut que vous lisiez "I and Tho" (Je et Tu) de Martin Buber. En avez-vous entendu parler ?" puis il me montra ta porte, ce qui m'épargna de lui avouer mon ignorance. Le livre

fut sorti de la Bibliothèque Divinity par Russell Becker, ami intime de Rogers et mari de sa fidèle secrétaire. En fait, ce n'était pas le bon livre. L'ouvrage pertinent était "Mari to Mari" (D'Homme à Homme) (Buber, 1933). Trois paragraphes de cette oeuvre furent distribués au personnel du Counseling Center quelques semaines plus tard et seront reproduits ci-dessous pour mettre en évidence ce qui signe la différence entre Rogers et Buber). Mais il y manquait la déclaration que Buber faisait à la page suivante, un rejet méprisant de l'empathie. Parlant de son idée de l"'inclusivité" « inclusiveness » qui se rapporte à la relation entre les êtres humains ainsi qu'entre l'homme et Dieu (voir le récent livre de karen Armstrong: l'Histoire de Dieu) Buber écrit :

- *Il serait faux d'identifier ce qui est dit ici au mot familier mais pas très significatif d"'empathie. Au mieux, empathie veut dire se glisser avec ses sentiments dans la structure dynamique d'un objet, d'un pilier, d'un cristal, d'une branche d'arbre, ou même d'un animal ou d'un homme et, pour ainsi dire, le décalquer de l'intérieur*" (Buber 1933, p.97)

Je n'ai lu ces lignes que quelques années plus tard. Ce fut également le cas de Rogers. Buber était loin devant nous, plus prés de l'usage originel du mot empathie, sans avoir eut besoin, comme les psychologues, de donner à ce terme une apparence "clinique".

L'empathie était de plus en plus au centre de nos rencontres. Pendant cette période, Rogers était occupé à finir son livre. En outre, il était absorbé par un cas clinique difficile. Quant à mon travail, il consistait à rassembler idées et matériaux pour nos discussions. Vers la fin de 1948, Rogers reçut de son auteur, Gardner Murphy, un livre de 1000 pages sur la Personnalité. Il me passa ce volume extraordinaire. Cet ouvrage contenait quantité d'informations sur l'empathie et la sympathie et faisait remarquer qu'il était "difficile de séparer" ces deux notions (Murphy, 1947). Cette remarque-là ne plut pas à Rogers qui avait de grandes hésitations quant à la sympathie. Il pensait en particulier que cette notion avait une odeur d'apitoiement et de mépris, deux attitudes à ses yeux répréhensibles ou pour le moins irrespectueuses. Il craignait également qu'un excès de sympathie n'induise chez le thérapeute une attitude d'indulgence. Mais par dessus tout, il voulait éviter toute tendance à la pitié qui, pour lui, n'était pas de la gentillesse mais quelque chose de l'ordre du mépris. Il me disait qu'il était encore sous le choc de son voyage en Chine. Il y était allé, jeune homme, avec un groupe de missionnaires et avait vu des humains traités comme des animaux, des bêtes de somme, des humains tels des prisonniers rampants. Il en avait été malade de rage au point de "désirer avoir un fusil".

A cette époque, je suivais le cours du professeur Blumer sur les idées de H. H. Mead. Pour moi, il s'agissait d'une grande théorie aux retombées importantes qui épousait l'idée de "prendre le rôle de l'autre"; or Rogers détestait particulièrement la notion de rôle. Bien que d'un bout â l'autre Mead ait utilisé le terme "sympathie" et jamais empathie, je pensais et pense encore que très tôt, grâce à de fines et merveilleuses observations, il commença à décrire un processus empathique dans chacune de ses phases; il décrivit l'apprentissage du langage et les règles du jeu, les coutumes sociales; bref, l'être humain dans sa totalité.

J'apportais, en outre, des matériaux que je retirais d'un autre séminaire que dirigeait le grand bio-psychologue, Heinrich kluver. Comme Mead il avait fait ses études en Allemagne d'où il était natif. Il connaissait Wundt, Titchener, Wertheimer, Koffka et bien d'autres encore, et même Lipps. C'était un homme d'extrêmes raffinement et modestie. En fait, il était très timide, comme Kohut, comme Rogers. Pour ces hommes, les relations intimes et chaleureuses étaient un effort, mais aussi un délice. Le cours avait lieu dans le laboratoire de biologie animale de Kluver où il étudiait la phénoménologie de la perception et travaillait

principalement avec des singes pour localiser les sites neurologiques et les mécanismes de la perception. Parfois il faisait des expériences sur lui-même et il lui arrivait de nous en raconter (Kluver, 1966). Une après-midi, à la Nouvelle Orléans, il avait pris d'une drogue appelée mescaline, puis il s'en était allé promener. Levant les yeux pour regarder un balcon en fer forgé, il s'était senti devenir fer forgé lui-même. Il en prit la forme. "J'ETAIS ce fer forgé".

Nous, les cinq étudiants, étions ébahis. C'était en 1949. Nous n'avions jamais entendu parler de "psychédéliques". Mais l'empathie, était-ce cela aussi ? Je leur ai relaté, comme à Rogers par la suite, un incident datant de mon enfance. J'avais environ neuf ou dix ans quand je devins une feuille. Etendu sur l'herbe, je lisais le Magicien d'Oz, lorsque, levant les yeux, j'aperçut une feuille en forme de bateau qui, détachée d'une haute branche, flottait doucement vers le sol. Et, tandis qu'elle se balançait et virevoltait dans l'air, j'étais moi-même devenu cette feuille. J'ai compris pourquoi, en raison de ma forme et de mon poids, je devais tomber dans un mouvement de balancement. Ce fut une expérience de l'ordre de la physique et du concept; grâce à elle j'avais appris physique et logique. Lorsque la feuille atterrit, j'en devins séparé, tout à la fois heureux et satisfait. Cela ne m'avait pas semblé extraordinaire. N'avons-nous pas tous fait cela'? (Je pense que si**).**

Rogers n'a pas aimé cette histoire. Il admirait Kluver, mais il se peut bien qu'il n'ait pas approuvé l'usage de la drogue. Je suis certain qu'à cette époque-là il n'aimait pas l'idée d'hallucinations auto-provoquées. (Trente ans plus tard, peut-être...). Il avait deux clients qui avaient des hallucinations. J'ai hérité, par la suite, de l'un d'entre eux, du "facile". Quant à l'autre, je ne savais rien du stress terrifiant qu'il lui imposait. (Ce qui ne sera pas sans quelque relation avec les réserves qu'il fit au sujet de l'empathie, le "comme-si", ni avec ce qui le différencie de Buber).

Et pendant ce temps, dans un autre secteur de l'université, l'empathie était un sujet d'étude tout à fait ordinaire et faisait l'objet de discussions parmi les étudiants (dont ma femme) en histoire de l'art. L'une des lectures imposées avait pour titre "Empathy and Abstraksion" (L'Empathie et l'Abstraction) (Worringer, 1948) qui fut publié pour ta première fois en 1908, un an avant que Titchener n'introduisit le terme aux Etats Unis. Concept et langage y étaient explicités et bien adaptés au sujet; il y était même question d'empathie positive et négative. Mais parce qu'il s'agissait d'art, matière tenue par la plupart pour "inanimée", l'idée d'empathie ne traversa pas le "Quadrilatère", à savoir les quelques cinq-cents mètres qui séparaient les deux départements. Si seulement nous avions su! Dans son avant-propos, Worringer décrit la chance qu'il a eue de rencontrer Georg Simmel dans un musée de Berlin où ils s'entretinrent tous les deux de l'empathie. Georg Simmel ! Mon héros ! Vénéré comme le Leonardo de la sociologie, il fut traduit pour la première fois en anglais par Albion Small, l'un des fondateurs du Département de Sociologie de l'Université de Chicago. Si l'art et la science avaient échangé leurs idées, notre travail en psychologie eut, depuis longtemps, bénéficié de cet éclairage. En effet, L. Wispe, dans son superbe chapitre sur l'histoire de l'empathie (Wispe, 1990), ne date-t-il pas de 1873 le travail de Vischerin, encore une fois dans le domaine de l'esthétique?

Tout ceci était de peu d'importance, semble-t-il, pour Rogers. Une chose est sure, c'est qu'il n'avait que peu d'intérêt pour l'histoire, les origines ou pour les sciences sociales en général. Ce qui l'intéressait c'était la psychologie individuelle, les significations contemporaines, dont il essayait d'élaborer certaines. Par ailleurs il était dans un état de tension personnelle intense. Je ne faisais pas encore partie des "initiés". Je ne savais pas trop ce qui se passait. Je ne l'ai vu que quelques années plus tard. Et c'est plus tard encore que j'en

ai vraiment saisi l'importance, lorsque la situation fut relatée dans la biographie de Rogers écrite par Kirschenbaum sous le titre "On Becoming Carl Rogers" « En Devenant Carl Rogers », ouvrage non traduit (Kirschenbaum, 1979). Toutefois, j'en savais suffisamment pour éviter d'être interviewé par kirshenbaum, dans mon souci de ne pas aborder ou de taire ce qu'à ma grande surprise Rogers avait lui-même choisi de révéler dans ce livre. Dans cet ouvrage on apprend que pendant une certaine période, quelque part entre 1949 et 1951, Rogers eut peur de devenir fou, "d'être enfermé et de commencer à halluciner" (peut-être y aurait-il un lien avec sa réaction négative face à Kluver...). En plein désespoir, il "s'enfuit" en voyage avec sa femme pendant plus de deux mois (kirshenbaum, 1979, p.191-192). Dans l'un de ces passages, Rogers mentionne son travail avec une cliente avec laquelle il s'était "senti piégé", (c'est bien vrai). Il dit notamment:
- *Beaucoup de ses perceptions intimes (insights) étaient plus saines que les miennes et ceci détruisit la confiance que j'avais en moi-même. J'en étais arrivé au pont où je ne pouvais plus séparer mon 'self' du sien. J'avais littéralement perdu tout sens de mes propres frontières. L'un de ses rêves résume au mieux la situation : un chat me déchirait les tripes avec ses griffes, mais il ne désirait pas le faire*."

Lorsque peu après 1980, je lus ces pages, ce fut un choc pour moi. J'avais été mis au courant du cas par des collègues plus âgés. Par ailleurs, j'avais rencontré cette femme et, qui plus est, quand j'y pensais c'était toujours comme à la "femme-chat". Nous nous étions rencontrés dans le hall alors qu'elle sortait du bureau de Rogers. Elle me dit qu'elle "devait revenir voir Carl deux heures plus tard", et elle m'invita à déjeuner, Elle me paraissait à la fois geignarde et autoritaire. Je n'ai pas aimé son visage. Elle avait dû être belle par le passé, mais dans la quarantaine sa figure plate et symétrique, ses yeux bridés bleu foncé, lui donnaient un air à la fois séducteur et menaçant. J'ai trouvé une excuse pour esquiver le déjeuner. Mais elle me suivit au premier étage, dans la salle des recherches. Là, elle commença à me parler d'une recherche qu'elle venait de terminer. Elle était très astucieuse, il s'agissait d'une grande étude d'apprentissage dans les conditions d'une pratique réelle comparées à celles d'une pratique imaginaire. J'ai pensé que cette femme devait être une collègue de Carl, d'une autre université (canadienne, peut-être), et, à des fins de citation, je me fis une note concernant son travail. De toute évidence elle était en quête d'amitié, et en même temps elle se montrait bizarrement possessive vis-à-vis du Counseling Center, critiquant l'arrangement des bureaux, la saleté des rideaux, etc. Cela me déplut au point que, parlant plus tard avec Carl de sa recherche dans le but d'obtenir son adresse universitaire, je mentionnais sa possessivité et dis : "Qui, diable, pense-t-elle qu'elle est ? " Il eut l'air blessé. Je n'oublierai jamais ses yeux. Il secoua la tête, essuya la tasse de sa fameuse Thermos, la revissa, et calmement me dit de revenir lui parler la semaine suivante. Quelques jours plus tard, il était parti. Quelle ne fut pas ma gaffe

"Qui pensait-elle qu'elle était" ? Si vous voulez vous en faire une idée, vous pouvez consulter le chapitre de la biographie de Rogers «Kirschenbaum,1979) qui s'y rapporte. Lorsque j'écris ces lignes, après quarante-cinq ans, j'éprouve beaucoup plus de compréhension sympathique pour cette femme intelligente qui essayait de se faire une place dans le monde, de se faire reconnaître, de nouer des relations dans un lieu étranger, alors qu'il s'agissait peut-être bien de l'une de ses dernières visites et que, probablement, elle avait la sensation d'avoir perdu la bataille. Peut-être ressentait-elle autant de désespoir et d'anxiété que son thérapeute.

Quel lien existe-t-il entre ce qui précède et les idées de Rogers sur l'empathie? C'est dans "Client-Centered Therapy" qu'apparaît la première formulation de Rogers sur l'empathie, à ce jour-là jamais publiée. Dans ce livre, il décrit l'acte qui consiste à assumer "le cadre de référence du client" et il appelle cet acte "compréhension empathique" (Rogers, 1951, p.29). Il ne s'agit pas de l'empathie en soi, mais d'un type de compréhension particulier,

distinct des autres types de compréhension provenant de cadres externes, tels que les interrogatoires à des fins diagnostiques ou de jugement, ou suscités par la méfiance. De plus, le counselor doit "communiquer quelque chose de cette compréhension empathique au client" . (Souligné par moi), Vient ensuite la citation par Rogers du passage d'une formulation de Laaskin, inédite à l'époque, mais désormais et à juste titre célèbre, concernant une sorte de compréhension qui caractérise "l'attitude non directive". Le terme "empathie" n'y figure pas, il est vrai, mais la description annonce le concept actuel. (Le manque de place ne permet pas de reproduire tout ce passage, mais il est recommandé de lire la page 29 dans son entier).

Raskin conclut en ces termes

Parce qu'il (le counselor) est autre que le client, et non le client, sa compréhension n'est pas spontanée mais elle doit être acquise au moyen d'une attention aux sentiments de l'autre, active, continue et intense à l'extrême, à l'exclusion de tout autre type d'attention".

Il est important de remarquer qu'une telle compréhension est un acte d'attention, un effort, et pas du tout la sorte de compréhension spontanée, immédiate, instantanée que beaucoup associent au mot "empathie". Et à cette formulation de Raskin, Rogers ajoute cette qualification des plus intéressantes:

"Cet "experiencing" avec le client...ne s'entend pas en termes d'identification émotionnelle mais plutôt d'identification empathique dans laquelle le counselor perçoit les haines, les espoirs, les peurs du client à travers un processus empathique d'immersion mais sans que lui-même, en tant que counselor, ne soit en train de faire l'expérience de ces haines, de ces espoirs et de ces peurs." (1951, p.29).

Il est évident que le terme empathique est encore un modificatif, adjectif ou adverbe, et non le nom empathie dont la forme est supposée être active. Et la différence entre "émotionnel" et "empathique" n'est pas plus claire maintenant qu'auparavant. Mais ce qui est clair c'est que Rogers établit une distance entre les expériences et les sentiments du client et les siens. Plus tard, vers 1956, après avoir rédigé la condition "comme-si", il abandonnera toute idée d'identification (Koch, 1959). Je ne puis situer exactement le moment ou surgirent ses pensées par rapport aux révisions qu'il fit dans ses écrits de fa notion de distance, mais il est sûr qu'elles suintèrent à fa suite de son expérience avec la cliente qui l'avait tellement troublé, alors que son identité avait été si menacée.

Pour en revenir à Buber, voici les trois paragraphes qui ont tant impressionné Rogers aux environs des années 49-50.

Un homme roue de coups un autre homme qui reste parfaitement immobile. Supposons alors que celui qui l'a frappé reçoive soudain, dans son âme, le coup qu'il a lui-même frappé; ce même coup, il le reçoit pendant que celui qui est immobile est toujours immobile. L'espace d'un instant, il fait l'expérience de l'autre côté de la situation. La réalité s'impose à lui. Que va t-il faire ? Ou bien il fera taire la voix de son âme, ou bien son impulsion sera renversée.

Un homme caresse une femme qui se laisse caresser. Supposons qu'il sente le contact de deux côtes... avec la paume de sa main, et aussi avec la peau de la femme. La double nature du geste, comme un geste qui survient entre deux personnes, fait frissonner son coeur du plus profond des plaisirs et le met en émoi. S'il laisse parler son coeur, il n'aura - pas à renoncer au plaisir - mais à aimer.

Je ne veux pas dire que l'homme qui a fait une telle expérience devra dorénavant ressentir cette sensation bilatérale dans chacune de ses rencontres; cela détruirait peut-être son instinct. Mais cette expérience extrême lui rend l'autre personne présente à tout moment... Il y a eu transfusion, à la suite de laquelle toute élaboration de sa subjectivité, même minime, ne lui sera plus possible, voire tolérable". (Buber, 1933, p.196).

On a déjà fait référence au thème de l'"inclusivité" chez Buber, en lien avec la relation empathique. En 1957, Buber et Rogers se rencontrèrent. Une nouvelle publication relatant cette entrevue est sous presse (Anderson R. et Cissna K.). Ce fut Rogers qui ouvrit la conversation en posant à Buber la question suivante: "Comment avez-vous pu vivre aussi intensément et arriver à un tel degré de compréhension... sans être psychothérapeute?" (rires). C'était vraiment une drôle de question, bien inutilement posée par Rogers, ancien étudiant de la Divinity School - qui savait et appréciait le fait que bien des êtres humains "sans formation" possèdent une extrême sensibilité - au théologien Buber - qui savait cela et l'appréciait également. Buber lui a expliqué, qu'en fait, il avait fait trois trimestres de psychiatrie, "à leipzig, d'abord, où il y avait des étudiants de Wundt (Wundt, à nouveau), puis à Berlin, avec Mandel et Bleuler". Son intention n'était pas de devenir thérapeute :

- C 'était juste parce que j'avais une certaine inclination à rencontrer les gens. Et autant que possible, et si possible, de changer quelque chose en eux, mais aussi d'être changé par eux. A aucun moment je n'ai résisté à cela, opposé quelque résistance à cela. En tant que jeune homme, déjà, je sentais que je n'avais pas le droit de changer quelqu'un d'autre si je n'étais pas ouvert à l'idée d'être changé par lui, autant qu'il est possible de l'être." "Je ne peux pas lui dire NON! Je ne joue pas à ça. Vous êtes fou".

Buber continua avec la description d'un certain nombre d'expériences qui relataient ses souffrances pour l'un de ses amis tué pendant la guerre, "imaginant le réel", le sentant; ce n'était pas seulement une manière' optique d'imaginer, mais "c'était bien avec mon corps" (pp.42-45). La description qu'il fit ensuite d'"un tragique incident" au cours duquel un jeune homme vint lui demander conseil, est très explicite et très significative de cette comparaison. Buber était préoccupé, il lui a parlé, mais il ne l'a pas vraiment "rencontré". Le jeune homme s'en est allé et se suicida.

Pour Buber, il n'y a pas de "comme-si". Il n'en veut pas. Cela exclurait la possibilité du "Je et Tu". Buber désire être changé par l'autre. C'est le choix de "l'inclusivité". Ses tragédies, son chagrin, sa culpabilité, ses peurs, ses haines, ses espoirs, ne sont pas les mêmes que ceux de Rogers. Ainsi, pour l'un d'entre eux, Rogers, il est essentiel de préserver les barrières; pour l'autre, Buber, de les dissoudre. Et voici comment ces deux êtres qui comptent parmi les plus grands humanistes de notre temps ont épousé des théories différentes de la compréhension empathique. A défaut d'autre chose, nous pouvons au moins en conclure que toute théorie de la personnalité est autobiographique. Les variations sur un thème proviennent des différences dans l'expérience personnelle. Tout est personnel.

De surcroît, ne connaissant pas l'expérience particulière de l'autre avec ses tragédies, ses espoirs, ses craintes, ils ne pouvaient aisément saisir les fondements ou le sens de leurs théories respectives quant au soi-en-relation même si, finalement, ils auraient pu avoir (ils en

avaient) plus de similitudes théoriques que ne le laissent apparaître leurs écrits et ces dialogues.

La question du "comme-si" n'a été évoquée qu'à titre d'illustration des différences dans la signification.

1) Pour Rogers il s'agit d'un mécanisme de protection du soi.
2) Pour Buber, c'est une interférence dans l'échange transformateur entre individus.
3) Pour Vaihinger, il représente un instrument d'apprentissage et de contrôle de la connaissance.

Le problème du "COMME-SI" n'est pas primordial, seulement secondaire. Peut-être même une distraction. Ces trois interprétations différentes du même phénomène peuvent être considérées comme des projections. Mais comme dans le cas de toute projection, il reste encore la question :"Qu'est-ce qui fait l'écran"? Dans ces cas, l'écran, ce doit être la substance même de l'empathie. C'est peut-être mystérieux, mais ce n'est pas un mystère. C'est encore inconnu, mais pas inconnaissable. L'histoire nous enseigne que ce n'est pas le phénomène qui se rétrécit sous l'effet d'une attention soutenue. C'est nous-mêmes.

En fin de compte, il est important de noter que lorsque Rogers se tourna, dans les années 70, vers les larges groupes, et qu'il ne ressentit plus autant de responsabilité personnelle envers le client individuel, ni la nessécité d'un tel détachement, il a été si ému que parfois, selon ses propres termes, il lui arriva de "pleurer des seaux de larmes". Non pas des larmes "comme-si", mais, j'en suis sûr, des larmes bien réelles.

Un cas d'empathie réverbératrice

Bien que l'empathie fonctionne comme un système plus ou moins actif, partout dans la vie quotidienne, les cliniciens en recherchent des manifestations particulières dans les "cas cliniques", comme-si elles étaient exceptionnelles. Voici un peu d'un tel matériau. Pourquoi ce cas particulier ? Parce qu'il a été publié et cité comme un exemple "exquis" d'empathie; enregistré de bout en bout ou presque, théâtral au point d'en obscurcir les défauts; et aussi parce qu'il contient une théorie particulière de la désintégration psychologique dans l'état psychotique. (Shlien, in Burton, 1961).Lorsque Rogers le relut pour la deuxième fois, après son expérience du "Projet Schizophrénie" dans le Wisconsin, il appela cette théorie "un travail de génie". Dont acte. En fait, cette théorie fut directement tirée des travaux d'un génie confirmé, Jean-Paul Sartre, sur le mensonge, l'aveuglement, et la perte du soi qui en résulte. (Sartre 1956).

Pendant des mois de thérapie éprouvante, j'ai appris beaucoup de choses qui ressortent de l'expérience de l'empathie, telle, par exemple, l'odeur de la peur. Cette odeur est âcre, intense et commune aux patients soumis aux électrochocs. Attachés et impuissants, beaucoup s'attendent à mourir, à perdre conscience et à ne jamais la retrouver. C'est ce que ressentait ce patient. Il croyait que c'était moi qui avait ordonné le traitement (alors que je l'avais formellement interdit, il fut prescrit par un interne pour atténuer les crises de violence) et en retour, Mike, le patient-client, voulait me tuer. Je ne pouvais l'en blâmer.

Par manque de place, je ne pourrai faire, ici, un long exposé de la situation. Mike avait été homme grenouille dans la marine. Très fort physiquement, menuisier de son état, il était généralement de bonne humeur. Facilement tenté par des fugues idiotes, il avait déjà fait deux

séjours dans d'autres hôpitaux avant que ses parents, sous la promesse qu'il ne s'agissait que d'une visite de routine, ne le fasse interner à l'hôpital public où j'étais consultant. Il entendait ses pensées lui parvenir de la télévision. Son esprit était transparent: il faisait l'objet d'une expérience du FBI; il était furieux, il pleurait, il implorait, il niait, il était sournois et dangereux. Souvent, pendant les entretiens, des gardes stationnaient devant la porte de mon bureau, sur ordre du directeur de l'hôpital (également mon client). Mike et moi avons passé ensemble des moments d'enfer, lui dans son propre enfer, moi dans le mien, celui de mes propres peurs, et les deux enfers s'entremêlaient. Mais il arriva un moment ou sa vie lui devint beaucoup plus compréhensible et ou il put tellement mieux se contrôler qu'il obtint la permission de sortir. Nous avons ainsi pu nous rencontrer sur la pelouse, seuls et en toute sécurité.

Vint un moment ou, au cours du dernier de ces entretiens, Mike commença à pleureur doucement, en disant: "On parle d'amour et d'affection. Je sais ce que ça veut dire. La seule bonne chose que je n'ai jamais eue (ses fiançailles), on me l'a prise, on me l'a brisée. Il se moucha, laissa tomber son mouchoir et, en le ramassant, jeta un oeil sur moi. Il vit des larmes dans mes yeux. Il me tendît le mouchoir puis retira son geste, car il savait qu'il venait de se moucher et pouvait sentir qu'il était mouillé dans sa main. Nous savions ça tous les deux et, l'un comme l'autre, nous savions que l'autre savait. Tous les deux nous avions compris la sensation et le sens du mouchoir, de sa moiteur et de sa texture, la sympathie de l'offre et l'embarras du retrait; nous nous étions mutuellement reconnus et chacun avait manifesté à l'autre le sens qu'il attribuait à l'interaction. Ce ne sont pas les larmes, mais la parfaite prise de conscience de l'expérience duelle qui restaure la conscience de soi". Et pas un mot ne fut prononcé pendant cet épisode) (Shlien, in Burton 1961, p. 316)

Lorsque nous nous rencontrâmes sur la pelouse pour la dernière fois, Mîke dit : "Doc, hier, je suis allé à l'église et j'ai fait une prière pour que ca n'arrive plus jamais. Et j'ai dit une petite prière pour vous aussi, pour que vous puissiez toujours m'aider et que vous alliez toujours bien vous-même." Bien sûr, j'ai été touché, comme il l'était lui-même, mais je n'ai pas fait qu'exprimer notre appréciation mutuelle. Je dis: "Il semblerait que vous essayez de dire au-revoir, Mike, et de partir avec le sentiment que c'est OK pour vous comme pour moi". Sans cela, il n'y aurait eu que de l'empathie, mais pas de compréhension empathique. "Oui"; me dit-il, et il m'expliqua qu'il lui fallait absolument partir d'ici. Il ajouta qu'il ne pourrait pas venir me voir à l'Université car là où il habite... "Il faut être complètement fou pour aller voir un psychiatre". Il sortit de l'hôpital avant que je puisse le revoir.

L'empathie significative, dans ce qui précède, c'est l'Empathie Relationnelle, Interactive. Tout le reste, le cerf-volant, le fait de tendre la corde, de rendre son sens à l'art, c'est simplement la base. Ce que vous voyez dans ce qui s'est passé sur la pelouse de l'hôpital ce n'est qu'une série de "réverbérations" mutuelles, réciproques, complexes. Même s'il n'est pas nécessaire que cela se passe sans parole, cela est sans parole et se passe à une vitesse qui dépasse notre capacité de parler. Je connais sa sincérité, sa peur, son espoir désespéré; je sais qu'il reconnaît le souci que j'ai de son bien-être, et je sais qu'il se soucie du mien. Il y a quelque chose plein de grâce dans son geste avec le mouchoir mouillé, et il y a aussi quelque chose de gauche, de pas "gracieux" du tout. Il y a cette sorte d'ambivalence qui caractérise, l'a plus grande partie de la vie. Il sait que j'ai vu son offre, que je désirais et que je ne désirais pas l'accepter, et pourquoi; et que je comprenais, qu'il comprenait, que nous comprenions; le tout dans une série de "conséquences rebondissantes entre nous" pour l'un comme pour l'autre et pour tous les deux à la fois.

Qu'est-ce que cela signifie pour nous ? Publiquement, cela signifie une confirmation, intérieurement, une auto-affirmation. Ces "réverbérations", en régressions (ou progressions) infinies, indiquent à Mike qu'il peut connaître, qu'il connaît vraiment, qu'il peut ETRE connu et compris, et qu'il peut faire de même. Pour Mike, connaître signifie santé mentale, ni plus ni moins. Pour moi, cela suggère que tandis que le "motif de croissance" est une idée merveilleuse et pleine d'allant, elle est d'abord élémentaire; que l'animal vit pour croître; mais que, envisagée d'un point de vue relationnel, la personne vit pour connaître. Le fait de connaître confirme le fait d'être, confirme l'existence, l'humanité et, pour le dément, cela confirme la restauration de sa santé mentale. Mais connaître demande qu'un minimum de confirmation soit communiqué au client.

Dans l'empathie silencieuse, non contents d'occuper une grande partie de notre état de conscience, les rebonds de ces réverbérations nous mettent secrètement dans l'embarras et, pour conserver les compréhensions instables et non confirmées qu'ils sécrètent, ils absorbent une grande quantité de notre énergie. C'est presque Comme si nous vivions avec des semi-vérités. Et qui plus est, l'organe de l'empathie ne nous est pas tellement familier, ni palpable, ni même distinct. Il englobe tout l'ensemble corps-esprit et, souvent, il est sans parole. Cela ne veut pas dire irréfléchi, bien au contraire! L'empathie, il est vrai, se loge plus dans le ressenti que dans la perception, et en cela elle exige un effort de traitement cognitif supplémentaire de la part des humains qui désirent se pencher sur leur expérience pour la comprendre, plutôt que de simplement la faire.

L'empathie opère sur des données telles que l'odeur, la vue, le son; l'odeur de la peur, la vue des larmes, du rougissement, du bâillement; le son des cadences et du ton de la voix, des soupirs, des hurlements. Plus qu'à l'échelon lexical, elle opère à des niveaux que l'on pourrait considérer comme primitifs tels le cellulaire, le glandulaire, l'olfactif, le chimique, l'électronique, l'autonome, le postural, le gestuel, le musico-rythmique. Si cela vous paraît tiré par les cheveux, vous n'avez qu'à regarder la pupille de l'oeil. Pendant longtemps, elle fut bien moins l'objet d'observation que la transpiration ou le flair des narines. Et pourtant, dans la psychologie populaire on disait que les marchands de pierres précieuses surveillaient les pupilles des acheteurs pour y déceler le signe d'un intérêt particulier. En psychologie universitaire la pupille était bien connue, en particulier pour son phénomène de contraction à la lumière; si facilement conditionnée, elle était, en fait, la favorite des laboratoires. Il n'y a que quelques décennies que Eckard Hess (Hess, 1975) et ses collègues démontrèrent de manière évidente et indubitable ce que les marchands de pierres précieuses avaient remarqué avec perspicacité. La pupille se dilate à la vue de ce qui est intéressant, attractif, aimable, lorsqu'une mère, par exemple, voit un petit enfant ou quand un homme voit une belle femme. Et dans ce dernier cas, si les pupilles de la femme sont dilatées, elle n'en paraîtra que plus douce, plus belle, et de surcroît ses pupilles se dilateront encore davantage en signe de réponse. A moins d'être un observateur bien entraîné, personne n'a conscience de cela. C'est là, tout simplement. C'est involontaire. Bien que rarement reconnu comme tel, il s'agit, en pratique, d'un exemple banal de la théorie de l'empathie. De même que certains individus peuvent ressentir, voire contrôler leur pression sanguine, leur rythme cardiaque, leur ovulation, il y a des gens qui peuvent ressentir et contrôler leurs réactions pupillaires. Mais pour la plupart, cela reste subliminal. L'origine des interactions de la pupille sont tellement méconnues que certains imaginent qu'il s'agit d'"'intuition" - explication aussi paresseuse qu'erronée. Or le fait existe, l'information est claire et directe, il peut être reproduit, il est facilement visible (surtout dans des yeux bleus)

Les spéculations sur l'intuition sont déconcertantes et trompeuses comme le sont d'autres leurres tels que mythes et métaphores. On dit d'une personne sincère qu'elle "parle

avec son cœur"; d'une autre, sentimentale, qu'elle "décide avec son cœur ". Dans la réalité, les coeurs ne parlent pas. Ils informent, en réponse à telle ou telle expérience, par des serrements, des battements rapides, etc. Le cœur de l'un de mes amis avait été remplacé par une pompe. Pourtant jusqu'à sa mort, cet ami a continué de parler avec les mêmes valeurs, les mêmes convictions et la même sincérité qu'auparavant. Où était-il donc son coeur ? Parti, depuis belle lurette, dans les poubelles de l'hôpital. Mais il ne s'agissait que de son coeur de chair et de sang, non de son coeur "réel". Peut-être parlait-il avec sa pompe? Aussi peu vraisemblable que peu poétique. Il existe un "organe psychologique" que nous appelons "coeur". Il a la MEMOIRE de l'expérience-du-coeur, une autonomie fonctionnelle; c'est l'équivalent fonctionnel de l'organe de chair et de sang. C'est dans ce sens que l'empathie est un organe, de même qu'une forme d'intelligence. Il s'agit, en fait d'un organe relié à l'intelligence, un organe-agence de l'intelligence, c'est-à-dire qui recueille l'information.. Pourquoi un tel schéma? Peut-être s'agit-il de cette "recherche de l'expérience" qui fait partie du thérapeute, ou de tout autre humain, comme la recherche de la chaleur" ou de la fonction phototropique font partie d'autres espèces ou models artificiels. L'empathie est comme un système-guide, il vous conduit à l'aéroport, mais une fois sur place, à vous de vous décider.

En dépit de l'évidence qui nous est fournie par des phénomènes tel celui de la pupille, les doutes demeurent nombreux quant à ces "ingrédients", ces modalités subtiles. Electromagnétiques ? Cela semble impossible. Et pourtant nos cellules, la chimie de notre corps sont altérées. Prenez un poste à galène, à modulation d'amplitude; vous êtes l'antenne. Il y aura de minuscules changements dans l'amplitude de votre corps. La galène va changer les dimensions. Il se pourrait que vous entendiez de la musique (ou des voix) avec des écouteurs à basse fréquence. Changez de position, modifiez la température de votre corps et la réception changera. D'autres effets comparables sont encore à découvrir ou à dévoiler (comme dans le cas de la pupille). Certains constitueront de fausses pistes, d'autres seront trop éphémères pour en permettre l'étude. Néanmoins des modalités encore cachées vont émerger. Quelqu'en soit leur subtilité, elles sont plus substantielles que les notions qui régissent le monde physique dans lequel nous avons placé une confiance considérable. L'électron est seulement une théorie. Mais il fonctionne si bien, c'est à dire qu'il nous explique tant de choses (pas tout quand même), qu'il apparaît comme réel.

L'empathie, toutefois, n'est pas seulement une théorie; elle explique peu de choses; elle ne nous apprend rien des "mécanismes": Mais pour bien des gens c'est une réalité existentielle. Elle est généralement considérée et établie comme un fait. Ce "fait" a été découvert et nommé il y a si peu de temps qu'il semble nouveau et à la mode. Pourtant, sans doute aucun, il est primitif et tout à fait ancien. Des bandes d'oiseaux tout entières font ça, les abeilles font ça, et les nouveaux docteurs de l'université font ça ! Quand il s'agit d'animaux domestiques, les humains disent qu'ils sont très intelligents. Quand ce sont les humains, ils considèrent ça comme très élémentaire, comme "venant du coeur", une sorte dé réaction tripale, une planche de salut qui lave les psychologues du soupçon d'hyper-intellectualisme.
Il est attrayant de souscrire à l'idée de la "sagesse du corps". Mais c'est une vision unilatérale et malheureuse. L'empathie ne doit pas être une négation du cerveau. Les expériences bien calculées d'Einstein relatent le lancement dans l'espace d'un objet imaginaire, accompagné par le génie (comme l'archer accompagne la flèche) et qui, à son retour sur terre, laisse apparaître une nouvelle compréhension du temps et de l'espace.

Cet exercice d'empathie restaure-t-il la suprématie du cerveau sur le corps ? Bizarrement, il ne favorise ni l'un ni l'autre car, maintenant nous le savons, ils ne font qu'un. Il est du domaine public, de nos jours, qu'une partie du tube neural, qui se forme chez le

nouveau-né, se rétrécit dans la cavité inférieure pour créer le "système nerveux entérique". (Blakeslee, 1986, p. 85). Le cerveau n'est pas seulement enchâssé dans le crâne. Une partie, reliée par le nerf vague, se trouve aussi dans le tissu abdominal. Des études biologiques montrent que les mêmes neurones et les mêmes transmetteurs existent des deux côtés, tous les deux formés par la crête neurale. Lorsque la théorie de l'empathie sera pleinement développée, elle concourra à la restauration de l'idée de la "personne entière", idée qui pendant trop longtemps a été submergée par des disputes corps-esprit fort mal éclairées.

John M. Shlien