

Jean Furtos

Psychiatre des Hôpitaux honoraire (DRSPERE-Lyon),  
Psychiatre à l'Hôpital de jour de la Chavanerie  
(Chaponost, 69-Orpea)

# La vie de l'esprit : le pouvoir du commencement dans le grand temps



## Sens pluriel du mot esprit

La polysémie du mot *esprit* impose au moins deux acceptions sémantiques. Un premier sens rassemble l'ensemble des facultés intellectuelles et affectives humaines, que l'on appelait autrefois « les facultés de l'âme » : l'intelligence, la volonté, la mémoire, l'imagination, la sensibilité. Rien à voir avec l'âme immortelle des religions, mais plutôt avec ce qui est traduit par esprit à partir de l'anglais *mind*, ou du latin *mens*, *mentis* (qui a donné le mot « mental »), ou encore traduit par *manas* en sanskrit. Les activités mentales, conscientes et inconscientes, sont considérées comme différentes du corps et en relation avec lui. Dans notre culture, ce niveau de signification, particulièrement privilégié après Descartes, se situe dans une relation dualiste corps-esprit, relation qui a pris une orientation tantôt idéaliste (le primat de l'esprit), tantôt matérialiste (le primat du corps). La métapsychologie freudienne se situe dans ce champ qui est globalement celui de la *vie psychique*. Les travaux des cognitivistes et des neurosciences explorent ces points de vue. Le « psy » des mots *psychologue* et *psychiatre* se situe là, au niveau de l'objet explicite des théories en santé mentale, du côté des pathologies comme de la santé positive, dans le registre *des mécanismes psychiques et mentaux*, de leurs causalités, de leurs déterminants. Il s'agit d'un quasi organe plurifonctionnel et complexe obéissant à des lois que l'on peut décrire.

Un second sens renvoie à *une acception spirituelle*, comme le suggère l'étymologie du mot *esprit* : du latin *spiritus*, d'où viennent les mots *spirituel*, *spiritualité* ; ce sens renvoie au souffle, au vent, de même origine que pour les mots *respirer*, *soupirer*, *aspirer* ; c'est l'équivalent du grec *pneuma* et de l'hébreu biblique *rouah*. Dans ce sens, on dira équivalement d'un mourant « qu'il a rendu son dernier souffle » ou « qu'il a rendu l'esprit ». On parle aussi de *l'esprit saint*, ce qui ouvre sur *le religieux*. Les traditions chinoises, indiennes, grecques, africaines, les religions monothéistes comme celles de l'Égypte ancienne, ont utilisé toute une palette de mots pour préciser ce niveau de sens.

L'esprit, dans ce second sens, est celui de la valeur, de ce qui donne valeur à la vie d'un vivant et à ses actions, celui de l'éthique et du désir, de ce qui pousse à agir, à parler, à penser, à aimer, l'inspiration du poète, de l'amoureux, de l'homme créatif comme du mystique. Ce niveau de sens autorise certains auteurs à parler d'une *spiritualité laïque*<sup>1</sup>. En effet, si Dieu est la valeur suprême des croyants et de leurs actions, on peut dire que la fraternité humaine, la justice, la beauté sont des valeurs supra individuelles se déployant *sans référence* au divin, ou bien *en référence* au divin. Il y a une correspondance entre le religieux et l'agnostique, une ouverture non dogmatique. Ce second sens du terme d'*esprit* est en rapport avec la transcendance, que celle-ci soit religieuse ou laïque, de toute façon en rapport avec un Principe qui dépasse et inspire l'organe plurifonctionnel et complexe du psychique.

On postule que la santé mentale nécessite un lien entre le psychique et le spirituel, passant ainsi du dualisme *corps-esprit* au ternaire *corps-psychisme-esprit*, auquel s'ajoute nécessairement la dimension du *social*. Si l'on reprend le paradigme ternaire *bio-psy-social* de la santé, classique depuis la création de l'OMS en 1946, on arrive au paradigme quaternaire *bio-psycho-social et spirituel*.

## Signification de l'esprit sur son versant spirituel

Je propose de partir d'une phrase énigmatique du philosophe Hegel : « *les blessures de l'esprit guérissent sans cicatrice* »<sup>2</sup>. Nous connaissons plutôt le contraire pour *les blessures psychiques* qui, elles, laissent des cicatrices, que ce soit sous la forme de traits de caractère ou surtout dans les pathologies traumatiques. Qu'une blessure puisse guérir *sans cicatrice* est certainement un défi stimulant pour comprendre ce qu'est la santé (mentale) puisqu'il s'agit de la possibilité du rétablissement *ad integrum*. Au passage, cela peut nous permettre d'amener une contribution significative à l'usage actuel de la notion de rétablissement (*recovery*).

**« Là est notre essentielle précarité, avoir besoin de l'autre, des autres, pour vivre dans la vie de l'esprit qui est communauté. »**

Prenons une analogie sur le plan somatique : on sait que la chirurgie précoce de l'embryon guérit sans cicatrice. Sans rentrer dans le détail biologique, cette guérison s'explique par la proximité du commencement grâce aux potentialités des cellules embryonnaires. Nous allons explorer l'hypothèse selon laquelle Hegel parlerait de l'esprit qui guérit sans cicatrice dans le sens d'un commencement. La phrase du philosophe vient vers la fin de *La phénoménologie de l'esprit* : après les phases d'affirmation et de négation par la pensée vient le troisième et ultime temps de la dialectique, celui de « l'aufhebung », du *relèvement* par lequel ce qui a été vécu précédemment est à la fois *aboli et conservé, conservé et aboli*, comme le phénix mythique se relève périodiquement de la mort, régénéré d'une nouvelle jeunesse, d'un nouveau... commencement. Ce processus est appelé par Hegel *l'esprit absolu*. Les mots qui accompagnent ce troisième temps, souvent malencontreusement traduit par *synthèse* (dans une perspective pédagogique), sont *la réconciliation* des contraires et *le pardon* que l'on se donne à soi-même pour l'indignité de n'être pas unifié. « *Ce n'est pas cette vie qui recule d'horreur devant la mort et se préserve de la destruction, mais la vie qui porte la mort et se maintient dans la mort même, qui est la vie de l'esprit... l'esprit est cette puissance en n'étant pas*

<sup>1</sup> Cf, par exemple : ANDRÉ COMTE-SPONVILLE : *l'esprit de l'athéisme. Introduction à une spiritualité sans Dieu* - Ed. Albin Michel - 2006

<sup>2</sup> G.W.F. HEGEL - *La phénoménologie de l'esprit*, traduit par Jean Hyppolite, AUBIER - 1941 - Tome II, p.197

*semblable au positif qui se détourne du négatif... l'esprit est cette puissance seulement en sachant regarder le négatif en face<sup>3</sup>, et en sachant séjourner près de lui. Ce séjour est le pouvoir magique qui convertit le négatif en être. Ce pouvoir est identique à ce que nous avons nommé plus haut sujet».*

Il est intéressant de reconsidérer sous cette perspective les mécanismes psychiques de défense dans l'approche psychanalytique : ils sont tous, ou presque, du côté du refus de *regarder le négatif en face* : le refoulement, le clivage, la forclusion, le déni, la dénégation, l'isolation, le déplacement, l'hallucination négative sont tous en effet du côté de la nécessité de s'arranger avec le négatif pour neutraliser le déplaisir des affects et représentations. Ou alors, à l'inverse, il s'agira de ne plus voir que le négatif, l'horreur du trauma, qui devient répétition pathologique et envahit la vie psychique par l'obsession omniprésente de l'événement traumatique. Au contraire, le travail du deuil et de la symbolisation est la traversée réussie du négatif, son *aufhebung*. Je soutiens le rapprochement entre le négatif hégélien et le négatif psychanalytique comme l'intolérable pour la conscience qui doit et qui peut être surmontée<sup>4</sup>.

## La traversée du traumatisme et le pouvoir du commencement : une vignette clinique

Augustus est réfugié d'un pays anglophone de l'Afrique subsaharienne. La thérapie se fait en anglais. Au début des années 2000, dans le cadre de violences économiques, civiles et militaires dans son pays, il a vu son père et son meilleur ami (qui était comme son jumeau) abattus sauvagement devant lui, tandis que lui-même était cruellement molesté, il avait 20 ans. Venu en France et débouté du droit d'asile, il m'est adressé au CMP par une association ; il a alors 30 ans et vient accompagner de son amie française. Triste, amaigri, le visage absent, on dirait un zombie. Il m'explique qu'il est réveillé la nuit, terrifié : «quelqu'un vient m'étrangler» ; au réveil, il a les yeux exorbités, raconte son amie. Pendant plusieurs mois, je l'interroge non seulement sur sa santé, mais sur son pays : la géographie, l'histoire récente, les coutumes, la langue : chaque fois, il m'amène, la séance suivante, des documents imprimés à partir d'internet sur le sujet. J'apprendrai non sans difficulté quelques mots d'Edo, sa langue maternelle. Quelque chose *pivote* alors, il se met à apprendre le français en quelques semaines et à faire un projet professionnel. Pour moi, ce qui pivote se fait à travers le versant spirituel de l'esprit, un souffle capable de porter du neuf. Nous parlons désormais pour l'essentiel en français : je suis allé vers lui dans ses racines et sa culture, il vient vers moi dans la culture qui l'accueille et qui peut commencer de constituer pour lui un nouvel ancrage. Mais voici que sa femme est enceinte, ils attendent un enfant, le paradigme de tout commencement, qui se termine en fausse-couche. Lors de la séance où il m'annonce cette mauvaise nouvelle, il *pivote* sur l'autre versant, vers le psychique, et dit revoir en boucle l'assassinat de son ami, son quasi jumeau, avec des sensations de chaud sur la peau et sur le haut du crâne qu'il avait beaucoup au début de la thérapie : cicatrice *psychique* de répétition, c'est son *ami-lui* qui meurt, pas le bébé. Il ne parle pas de la mort du père. Je lui dis avec une douce fermeté : « non, cette fois-ci, ce n'est pas votre ami que vous avez perdu, c'est votre bébé ». Il me regarde comme s'il sortait d'un cauchemar. Nous parlons d'avoir un enfant plus tard, de ne pas se décevoir. Il acceptera, au cours des semaines suivantes, de ne pas se laisser piéger par la cicatrice du trauma, de se déprimer et d'émerger avec un désir d'enfant, de travail, de mariage. Nous savons bien qu'il ne suffit pas d'être simpliste et de rappeler « la réalité » pour que tout se remette en place ; ce que je lui ai dit (« non, cette fois-ci, ce n'est pas votre ami que vous avez perdu, c'est votre bébé ») s'est passé dans le cadre d'une rencontre où

mon âge, ma manière d'être et de parler, sa jeunesse blessée et à nouveau confiante, son couple, prenait place dans une relation transférentielle de type filial. Du coup, je suis invité à leur mariage, j'y vais, avec un cadeau. Ils arrêtent de venir me voir peu après le mariage et m'envoient depuis, une ou deux fois par an, des nouvelles (assez bonnes) par mail. Des papiers, un travail, pas encore d'enfant, un voyage dans son pays pour revoir sa mère. Je suis comme un *père spirituel*, que nous définirons dans le cadre de ce texte comme celui qui soutient le pouvoir de commencer dans le grand temps : un enfant, une nouvelle vie, un nouveau statut social de réfugié, retourner au pays et en revenir. Parler de mécanismes psychiques, d'identification, d'étayage, de travail du deuil est tout à fait pertinent : à condition de noter que la rencontre thérapeutique permet de regarder en face l'horreur du négatif ET d'inspirer, dans sa métaphore respiratoire, l'audace du commencement. Alors il est possible de revenir dans un temps qui n'est pas seulement celui de l'aiguille de l'horloge bloqué sur la cicatrice, mais dans *le grand temps* dont je préciserai plus loin la notion.

## Le temps du commencement : le grand temps

Cet autre temps, celui de *la vie d'esprit* selon Hegel, nous pourrions l'appeler *le grand temps*, qui est le temps de *la communauté des vivants, des morts et des nouveau-nés à venir*.

- En ce qui concerne les morts, ils peuvent y prendre place en tant que morts grâce aux vivants via les rituels sociaux, quand ils ont pu avoir lieu, grâce au récit qui permet à chacun d'être à la bonne place : par exemple en tant qu'ami mort pas à la même place que le bébé avorté ou le bébé attendu dans le futur ; ainsi, les morts ne viennent-ils pas hanter les vivants d'une manière fantomatique et répétitive, ils sont dans une communauté où le transgénérationnel n'est pas répétition mais continuation.
- En ce qui concerne les vivants, c'est dans ce temps qu'une rencontre authentique est possible, rencontre où chaque protagoniste est dérangé, modifié par l'autre, dans un temps où l'on ne voit plus le temps passer, sans nier le temps de l'horloge mais le rendant animé de vie, de joie et de souffrance, spiritualisé pour l'avènement du nouveau.
- *En ce qui concerne les nouveau-nés à venir*, il s'agit aussi bien des bébés que des pensées, des rencontres, des actes personnels et institutionnels qui auront l'audace d'amorcer une nouvelle série de vie. Tout cela est dans le grand temps. Étonnamment, ce temps ressemble à celui du Dieu biblique, dont il est dit qu'il est « celui qui était, qui est et qui sera ». C'est aussi le temps des Chamans. Nous retrouvons ici une ouverture entre spiritualité religieuse et spiritualité laïque, sans dogmatisme.

Là, *les blessures de l'esprit guérissent sans cicatrice* : chacun de nous a l'essentielle liberté de *commencer de continuer et de continuer de commencer*<sup>5</sup> dans le grand temps, mais pas tout seul : là est notre essentielle précarité, avoir besoin de l'autre, des autres, pour vivre dans la vie de l'esprit qui est communauté.

Une dernière vignette pour terminer. Agnès est une jeune fille de 22 ans qui quitter sa famille et sa région pour venir en région lyonnaise faire ses études, mais elle ne peut défaire ses valises, elle est comme retenue par ce qu'elle tente de quitter, notamment la violence familiale. Lors de la troisième consultation, elle me dit en partant : « je vous promets que je vais essayer de terminer (sous-entendu : de défaire mes valises) ». Je reprends en souriant : « non, pas terminer, commencer... ». Et son visage s'éclaire, elle sourit et part en me disant un merci joyeux : elle vient de piger le temps du commencement.

<sup>3</sup> HEGEL - op.cit., Tome I, préface p.29

<sup>4</sup> Cela reprend le travail d'André Green dans « le travail du négatif », Ed. de minuit, 1993

<sup>5</sup> Je reprends ici Myriam Revault d'Allonnes, *Le Pouvoir des commencements. Essai sur l'autorité*, dans ses conclusions p. 264, mais sous une forme et dans un esprit différent ; bien que le rapport avec l'autorité soit intéressant, du côté de la paternité spirituelle