

Mots clefs : Psychothérapie, Socrate, Platon, politique, langage, âme, corps.

## 1. Bertrand Quentin - Psychothérapie socratique-platonicienne

De quoi voulons-nous nous soigner ? Avec l'accroissement des capacités techniques, (qui posent des questions extra-médicales à la médecine) nous n'en sommes plus à nous interroger sur le seul aspect corporel, d'une maladie. La psychanalyse freudienne a éveillé l'attention à des symptômes qui n'avaient d'origine exclusivement corporelle. Notre modernité a repéré des troubles dits « psychosomatiques » où l'âme influence le corps et réciproquement. Dans ce va et vient entre corps et esprit, il peut être judicieux de diriger la lumière sur la façon dont Socrate et Platon envisagent ces rapports. Cette psychothérapie sera dite « socratique-platonicienne » tant il est complexe de démêler dans les textes de Platon ce qui est de Socrate (sans doute plutôt les premiers écrits) et ce qui est de lui.

### I. Analogies entre les gestes socratiques et la psychothérapie moderne.

#### 1. Air de famille entre démon socratique et surmoi freudien

A plusieurs reprises, Socrate évoque son *daimôn*. Il ne s'agit pas là d'un dieu, mais plutôt d'une instance, qui le trouble, « une voix, qui lorsqu'elle se fait entendre, me détourne toujours de ce que je vais faire mais qui jamais ne me pousse à l'action ». S'agit-il, en modernisant le propos, de ce qui pourrait bien être la mauvaise conscience ou la conscience morale ? Socrate est-il en train de prendre conscience d'un surmoi freudien qu'il affublerait du terme de *daimôn* ? Son *daimôn* l'empêche de faire certaines actions, mais il ne lui donne pas d'indication pour agir. C'est une simple force de réaction, à laquelle Socrate accorde beaucoup d'importance car il n'agira pas sans en tenir compte.

#### 2. Plastiquer le déni de l'interlocuteur

A la différence des psychothérapeutes qui voient venir à eux des patients qui se sentent déjà mal, Socrate est généralement confronté à des interlocuteurs qui au départ ne voient pas de problème. C'est lui qui va mettre de l'instabilité chez ceux qui sont trop satisfaits d'eux mêmes, par son ironie. Socrate fait prendre conscience à ses interlocuteurs qu'il y a des problèmes, là où ceux-ci se mouvaient jusque là confortablement.

#### 3. Il ménage un vide thérapeutique

Socrate procède en ménageant un vide thérapeutique. L'ironie socratique dissout le savoir irréflecti de l'autre. Mais elle peut aussi être cette réserve, cette distanciation face à ce qui semble évident d'emblée. On sait évidemment tous au départ ce qu'est le courage, la piété, la justice. Mais afin de créer un vide, l'ironie de Socrate demande à ses interlocuteurs une remise en question. Le « je ne sais rien » de départ chez Socrate fait l'effet d'un embrayage du dialogue. A l'image de sa mère, sage-femme, Socrate fera lui accoucher les âmes. Il fera sortir d'un individu la vérité qu'il a en lui. Mais comme il le rappelle, les accoucheuses n'accouchent personne tant qu'elles peuvent avoir des enfants. Il réaffirme alors qu'il n'a pas de savoir, pas de théorie déjà constituée. Il se distinguera en cela des sophistes.

La philosophie ne vise pas à imposer un discours de l'extérieur, mais cherche à développer chez chacun d'entre nous l'autonomie intellectuelle exigeante qui mène à la vérité. De la même façon la psychanalyse freudienne bien comprise ne vise pas à imposer des interprétations à un patient, lui expliquer ses rêves et ses actes manqués mais à l'aider dans la recherche de lui-même.

#### 4. Le célèbre « connais-toi toi-même »

Paradoxalement, c'est avec le célèbre « connais-toi toi-même » que Socrate nous éloignerait le plus de la psychanalyse. En fait, cette formule n'est pas de Socrate. Elle était inscrite sur le fronton du temple de Delphes consacré à Apollon. Ce qui est plus important, ici, c'est de bien percevoir que le connais-toi toi-même du temple de Delphes n'est pas une préfiguration de la psychologie moderne. Le « connais-toi toi-même » appelle le Grec à connaître sa place dans le cosmos, à savoir qu'il ne doit pas se comporter de façon indigne. La psycho-thérapie socratique n'est pas investie d'un sens existentiel ou thérapeutique mais amène plutôt l'individu à s'oublier dans sa singularité pour s'intéresser à ce qui a une portée universelle.

## II. Reconnaître et soigner la maladie psychique avec Platon

### 1. Penser l'irresponsabilité psychiatrique

Platon a mis en avant la philosophie comme médecine de l'âme. S'il souligne la prééminence de l'âme sur le corps, Platon a pu envisager des cas de figure où le corps, l'organique, se met à mener la danse. Cela pourrait être le cas de l'auteur de délits à caractère sexuel, fantasme hyper-médiatisé de notre société. Platon dans le *Timée* va à rebrousse poil de la voix du peuple qui voudrait emprisonner tous ces hommes. En effet, dit-il, « la vérité, c'est que le dérèglement de la luxure est une maladie de l'âme qui résulte pour la plus grande part d'une cause corporelle ». Platon assigne une cause corporelle à des troubles du comportement qui résultent de l'esprit. « Une grande quantité des vices de l'âme vient du corps de pareille façon ».

Aussi, quand on demande au psychiatre une expertise si un individu est malade, responsable ou non de ses actes, il pourra se sentir gêné : on lui demande de trancher une question métaphysique. Celle qui nous interroge sur la part du libre arbitre et du déterminisme physiologique. Platon peut nous aider à problématiser cette question.

### 2. Soigner le mal de tête avec la parole.

On évoque régulièrement la partition entre la médecine du corps, qui ne serait que physique, organiciste voire psychiatrique, et la véritable médecine de l'âme, que la philosophie se réserve. Dans le *Charmide*, Platon récuse cette partition, en traitant la question du mal de tête d'un adolescent.

Ce dialogue a pour sous titre « de la sagesse » (*sôphrosunê* et non *sophia*). La *sôphrosunê*, c'est la sagesse du vivre en commun. Une sagesse pratique. Le dialogue va montrer notamment que Charmide ne participe pas encore de cette sagesse. Puisque la sagesse comme *sôphrosunê* est la condition de la santé de la tête et du reste du corps, un homme qui a mal à la tête peut être soupçonné de ne pas être sage. C'est tout l'enjeu du dialogue pour Socrate : déterminer si Charmide a atteint la *sôphrosunê*. Si ce n'est pas le cas, son mal de tête n'est pas que somatique et ne pourra être guéri qu'en y ajoutant du langage. Ce langage prendra la forme d'une incantation rajoutée au remède (la plante). Cette incantation a pour but « de soigner et de guérir la partie avec le tout ».

Il ne s'agit pourtant pas d'une simple approche holistique. La question est de savoir quel est le *tout* qu'il convient de guérir ? Socrate fait venir dans son discours un médecin thrace qui évoque les conseils de son dieu, Zalmoxis. « L'âme est la source de tous les maux et de tous les biens qui échoient au corps et à l'homme tout entier. Et c'est là qu'il découle comme il découle de la tête jusqu'aux yeux. C'est donc l'âme qu'il faut soigner d'abord et avant tout si l'on veut que les parties de la tête et du reste du corps se portent bien ». Le tout qu'il faut soigner n'est donc pas le corps, ni le composé de l'âme et du corps, mais l'âme. Nous sommes bien dans une psychothérapie. La plante est devenue un simple accessoire. L'essentiel se joue dans la paix de l'âme qui va être atteinte par le patient. Une fois que la sagesse (*sôphrosunê*) y est engendrée et présente, il est alors facile de procurer la santé à la tête et au reste du corps.

### 3. Soigner les hommes par une politique pensée philosophiquement

Dans la *République*, Platon propose aussi de soigner les hommes par une politique pensée philosophiquement. S'il repère un lien entre le physique (mauvaise constitution) et la pathologie psychique d'un individu, Platon est aussi conscient du lien entre le social, le politique et la pathologie psychique d'un individu. Certes, notre constitution physique et psychique peut nous prédisposer à des comportements « déviants », mais cela est aussi renforcé par l'éducation. L'éducation, si elle relève en partie de la responsabilité des parents, est aussi du ressort de la cité.

La psychothérapie platonicienne est politique : il faut soigner les âmes, les prémunir contre les mensonges et les faux semblants des sophistes. Dans les livres VIII et IX de la *République*, Platon montre admirablement comment on part de la République pour aboutir à la tyrannie. La dégénérescence des régimes politiques est clairement associée à la dégénérescence de la qualité des dialogues entre concitoyens. Avec un affaiblissement progressif de ce qui pourrait élever l'esprit, les dialogues se mettent de plus en plus à mettre en évidence le goût du pouvoir, le goût de l'argent, y compris au niveau des couples. La psychothérapie consiste à exercer les esprits à l'exigence philosophique d'un dialogue de qualité, y compris dans l'intimité familiale.

## Conclusion

De quoi voulons nous nous soigner ? Socrate nous aide à nous soigner d'un déni commun, celui d'être enfoncé dans l'autosatisfaction des opinions ? Notre *daimôn* pourrait être là pour nous arrêter lorsque soignant nous nous oublions ainsi que le patient dans la mécanique hospitalière.

Platon nous aide à penser aussi les responsabilités psychiatriques, à ne pas seulement se focaliser sur le symptôme, pour penser à prendre soin de notre âme. Enfin il nous rappelle que les soignants pourraient s'épuiser à vouloir sans cesse pallier à leur niveau ce qui doit être porté politiquement au niveau de la cité entière.