

Mots clés : logothérapie, sens, analyse existentielle, Viktor Frankl, vie spirituelle, souffrance, psychanalyse

#### 4. Georges E. Sarfati. *Le thème critique du soin de l'âme selon l'Existenzanalyse et la logothérapie de Viktor Frankl.*

Viktor Frankl (1905-1997), psychiatre et philosophe viennois, juif rescapé des camps de la mort, se rattache à la grande tradition de la psychiatrie phénoménologique. Il a été formé à la psychanalyse freudienne, puis à la psychologie individuelle d'Adler, avant de se séparer de ce dernier pour fonder la logothérapie.

Ce qui préoccupe Frankl, c'est la question du sens, dans sa polysémie (sensibilité, signification, spatialité et projection existentielle), à ses yeux oubliée.

##### 1. Clarification conceptuelle

Frankl a forgé en 1928 le terme de logothérapie et en 1938, le terme d'*Existenzanalyse*, au moment où Binswanger diffusait le concept de *Daseinanalyse*. Il faut distinguer entre ces deux notions. En effet, le concept que fonde Binswanger, malheureusement édité en français sous le titre d'*Introduction à l'analyse existentielle*, est différent : si tous les deux sont héritiers de Husserl, Binswanger va élaborer son concept de *Daseinanalyse* à partir de la philosophie de Martin Heidegger, tandis que c'est Max Scheller qui introduira Frankl à la philosophie de Husserl, mais aussi à la scholastique médiévale.

Dans l'œuvre de Frankl, la méthode psychothérapeutique (la logothérapie) est première, et l'élaboration conceptuelle vient après. L'analyse existentielle est le versant philosophique qui rend possible la clinique, la logothérapie.

Alors qu'on lui reprochait de ne pas assez insister sur les enjeux philosophiques et anthropologiques, Freud aurait répondu qu'il avait choisi de se concentrer sur « l'exploration de la cave ». Frankl, au contraire dira, « si Freud s'intéresse au sous sol, je vais développer une psychothérapie des hauteurs et non des profondeurs ».

##### Fondements philosophiques.

Frankl aime à parler de triade. Il en propose trois.

- *Une triade anthropologique* : Frankl affirme que l'être humain est conscient, libre et responsable. Il veut réaffirmer les concepts de conscience, de libre arbitre, de lucidité, de jugement moral et responsabilité. « La liberté absolue, abstraite ne vaut rien si elle ne se concrétise pas dans une prise de responsabilité ». Si Lacan ne cite jamais Frankl, son concept de désir a des traits communs avec la perspective noétique de ce dernier, c'est-à-dire la volonté d'accomplissement dont le combustible essentiel est la quête de sens.

- *Une triade motivationnelle* : pour Frankl, la liberté est celle de la volonté, cette volonté est un principe de sens, et cette volonté de sens consiste à vouloir conférer un sens à notre propre vie.

- *Une triade tragique, existentielle* : L'existence porte la marque de la culpabilité, de la souffrance et celle d'une confrontation perpétuelle avec la finitude et la mort.

Pour Frankl, les valeurs sont objectives, elles nous précèdent. Ce sont des formations culturelles et historiques. Le sens nous est donné car le monde nous préexiste mais à chacun d'entre nous de se frayer une voie sensée. C'est dans cet écart entre le sens donné et le sens à trouver pour soi que se joue la dynamique de la cure en logothérapie. Il s'agit de « dire oui à la vie en dépit du tragique ».

##### Fondements anthropologiques

Frankl, en rupture avec l'anthropologie naturaliste, notamment darwinienne, reprend terme pour terme à Scheller le concept d'*ontologie dimensionnelle*. A la dimension psychosomatique (contingente, immanente) s'ajoute une dimension noétique, spirituelle, transcendante, qui fait de l'homme une entité complexe non réductible à la somme de ses déterminations ni biologique, ni psychique, ni sociale, ni culturelle.

Ce qui fait l'humanité de l'homme, c'est sa dimension noétique, spirituelle, qui est finalement la dimension symbolique, liée au langage et qui fonde la singularité de la personne.

Cette dimension noétique a deux attributs : la capacité à se projeter (auto-dépassement) et la capacité à prendre du recul par rapport à soi, à suspendre son jugement (cf. l'*epochè* de Husserl), la réflexivité (auto-distanciation).

Le concept de *noésis* est riche. Chez Platon et Plotin, la dimension noétique est la partie supérieure de l'âme. Frankl, à la suite d'Eucken, s'en sert pour critiquer le positivisme : l'être humain ne se laisse pas observer comme une chose. Il résiste à la chosification par sa dimension spirituelle irréductible, échappant au déterminisme. Frankl n'est pas un critique échevelé du déterminisme, mais du pan-déterminisme, qui est l'expression et la formule contemporaine du nihilisme. Chez lui, la dimension noétique ne fait pas nombre avec la dimension psychosomatique : l'esprit chez Frankl est bien incarné. La dimension noétique, c'est la capacité, en dépit de nos pulsions égotistes à nous arracher à nos déterminations et à faire des choix, au nom de l'éthique, contraires à nos intérêts : la capacité au sacrifice, au don, à la générosité.

## 2. La conception de la souffrance

Frankl considère que la dynamique existentielle repose fondamentalement sur la quête de sens, ce qu'il appelle la *noodynamique* (cette capacité infinie à se relancer en vertu d'une quête de sens qui n'a pas forcément déjà sa propre réponse). Pour lui, la maladie (psychosomatique ou psychique) est toujours le résultat d'une frustration du principe de sens. La frustration, dit-il, est une chose nécessaire. Mais si elle confine au vide existentiel et à l'absurde, elle nous fait sombrer dans la maladie. Une frustration de la volonté de sens prolongée va donner lieu à une névrose noogène, la névrose collective de notre temps.

Le déficit de sens est plurifactoriel. Effondrement des traditions. Crise des cadres religieux qui orientaient l'action collective et personnelle. La névrose noogène vient interrompre la dynamique de sens, la dynamique existentielle, la noodynamique. En place et lieu de cadres axiologiques, il y a des substituts délétères : le conformisme et le totalitarisme. Ce sont deux modalités dangereuses du vivre ensemble, à l'origine de la déshumanisation et de la dépersonnalisation. L'un et l'autre vont engendrer anomie et normopathie.

Aujourd'hui, la demande de psychothérapie n'est-elle pas souvent liée à cette quête de sens ? Les nouvelles pathologies (dépressions, addictions et violences) ne sont-elles pas liées aux chocs plus violents que l'on reçoit dans une société moins protectrice ?

## 3. Les tenants et aboutissants de la logothérapie

La logothérapie s'articule à ce que Frankl appelle son credo psychiatrique : assumer dans le champ de la psychanalyse et de la psychiatrie que la dimension noétique de la personne ne saurait être affectée par la maladie et lui échappe. C'est à la dimension spirituelle que la logothérapie s'adresse lorsqu'elle tente de remettre en route la dynamique noétique d'une personne (noodynamique).

Il y a des sources du sens (cf. *Le Dieu inconscient*, 2012) : 1) L'éros, au sens générique, qui incorpore l'amitié, la générosité, la solidarité : ce qui nous invite à aller vers les autres. 2) Le pathos, source de créativité : faire œuvre, intellectuelle, morale, artistique. 3) L'éthos : les valeurs d'attitude. C'est la façon dont nous décidons de nous situer devant une situation que nous ne pouvons pas changer. Ce qui peut changer c'est le rapport que nous entretenons avec cette situation. A partir de cette troisième source, Frankl fait une réflexion sur le « ministère médical », et la responsabilité indéfectible du soignant : éclairer une réalité sous différents angles, et aider le patient à une désidentification : Le sujet ne peut se résumer à sa souffrance. Je ne suis pas ma souffrance. Frankl, dans sa jeunesse, parle de pathoplastie, la plasticité de la maladie dont l'évolution peut et doit dépendre de l'activité noétique du sujet.

L'enjeu est de considérer le dialogue logothérapeutique comme l'occasion de réinscrire une personne souffrant de toute forme de chosification dans une relation face à face. C'est une œuvre de reconnaissance : accepter autrui comme une personne à part entière.

Mais outre sa dimension psychothérapeutique, il y a une dimension proprement existentielle, psychagogique à la logothérapie, qui l'apparente aux médecines de l'âme de l'Antiquité : La souffrance sera durablement apaisée si le sujet retrouve du sens, une raison de vivre.

## 4. Relations entre logothérapie et théologie.

On reconnaîtra des similitudes entre l'analyse existentielle et les courants théologiques issus du judéo-christianisme (une anthropologie commune, une visée commune : la liberté, l'existence d'une source du sens, que Frankl nomme « Dieu inconscient », et la dimension téléologique de l'existence : « L'homme ne vit pas seulement de pain » Dt 8,3 et Mt 4,4).

Mais il y a des différences : La théologie a pour fin le salut de l'âme, là où la logothérapie s'occupe du soin de l'âme. Enfin, pour Frankl, une vie spirituelle est possible en dehors de la dimension religieuse.