

Débat entre François Roustang et Nicolas Duruz

Propos recueillis par Bernard Granger le 17 octobre 2009

La psychothérapie comme traité de navigation

PSN : Merci à tous deux d'avoir accepté de débattre pour les lecteurs de PSN. François Roustang, votre parcours est bien connu. Père jésuite, vous avez entrepris une psychanalyse avec Serge Leclair. Vous avez d'abord quitté la Compagnie de Jésus et êtes devenu psychanalyste, dans le mouvement lacanien. Vous avez ensuite rompu avec ce mouvement, en dénonçant les impasses de la pensée lacanienne et le mode de fonctionnement de l'Ecole freudienne. Votre livre *Lacan, de l'équivoque à l'impasse* (Editions de Minuit, Paris, 1986) justifie cette rupture. Par la suite, vous avez déployé une pratique et une pensée indépendantes. Votre dernier livre, consacré à Socrate, vient de paraître chez Odile Jacob (*Le Secret de Socrate pour changer la vie*, Paris, 2009). Nicolas Duruz, vous avez enseigné la psychologie clinique à l'Université de Lausanne et dirigé l'Institut universitaire de psychothérapie au département de psychiatrie adulte dans cette même ville. Vous avez dirigé avec Michèle Gennart le *Traité de psychothérapie comparée* (Médecine et Hygiène, Genève, 2002) dans lequel vous présentez de façon très détaillée un grand nombre d'approches psychothérapeutiques, à partir de leurs présupposés en particulier, et dont François Roustang a rédigé la post-face. Pourriez-vous nous retracer votre propre parcours ?

Nicolas Duruz (ND) : J'ai fait des études de philosophie et de psychologie, notamment à Louvain, dans une orientation psychanalytique. Il y a eu un tournant dans ma vie de psychothérapeute quand j'ai reçu une bourse pour aller trois ans aux Etats-Unis, ce qui a déclenché un petit séisme intérieur, parce qu'on m'avait toujours dit qu'il ne fallait surtout pas aller aux Etats-Unis, car on y pratiquait une psychanalyse peu acceptable. En réalité, durant ce séjour, je me suis ouvert à d'autres formes de thérapies pratiquées aux Etats-Unis et je me suis notamment formé à la systémique. C'est de là que vient mon intérêt pour la psychothérapie comparée. J'ai acquis une ouverture et une certaine souplesse dans ma manière de fonctionner comme psychothérapeute.

PSN : Vous définiriez-vous comme éclectique, dans le sens non péjoratif du terme ?

ND : C'est vrai que je n'aime pas trop ce terme éclectique, parce que j'ai plutôt tendance à dire qu'il est important d'être quelque part. Il faut être assez ambitieux pour dire qu'avec une approche éclectique, on peut aider tout le monde. Intellectuellement, l'éclectisme n'est pas très satisfaisant.

François Roustang (FR) : Je suis tout à fait d'accord là-dessus. L'éclectisme est faux, car on croit être ouvert en puisant dans toutes les catégories et en faisant sa petite

cuisine. La question n'est pas là, elle est de savoir si on évolue par rapport aux certitudes que l'on a eues. On sait bien aujourd'hui que ce qui compte avant tout n'est pas la théorie à laquelle on se réfère, mais la façon dont on travaille et la personnalité du consultant. Nicolas Duruz a montré dans son traité tout l'éventail des approches mais s'est refusé à privilégier telle ou telle méthode. Il a montré que chacun peut justifier sa méthode, où ne repose pas l'essentiel. Je vois bien que quand mes amis psychanalystes racontent leurs cas, ce qui compte c'est leur souplesse personnelle. Ils ne sont pas enfermés dans un dogmatisme.

PSN : Nicolas Duruz, pensez-vous que la psychothérapie puisse s'enseigner ?

ND : Un de mes patrons disait que dans la formation d'un psychothérapeute trois éléments comptaient. Il faut qu'il acquière certaines connaissances techniques, il faut qu'il voie les gens pratiquer la psychothérapie pour avoir différents modèles et il faut qu'il s'approprie ces savoirs et ces pratiques. L'enseignement théorique donne seulement des points de repère. Ensuite, il faut pratiquer en échangeant avec d'autres.

FR : Pour l'enseignement, l'important est d'acquérir une culture dans un domaine le plus large possible, mais l'essentiel est que ce savoir ne se transforme pas en dogmatisme. Dans ce domaine, il n'y a aucune théorie qui tienne. J'ai énoncé l'idée de la théorie comme autodégradable. Au fur et à mesure que l'on réfléchit à ce que l'on fait, on est obligé de se débarrasser de ce qui précède. C'est comme un serpent qui se mue sans cesse. Il est contradictoire pour moi de croire à une théorie et de faire ce métier de thérapeute, parce qu'on est thérapeute dans la mesure où on est en relation inconditionnelle, sans pouvoir s'appuyer sur une théorie quelconque. Après, on se dit : « Voilà ce que j'ai pu faire, voilà ce qui s'est passé », et on va faire un travail de compréhension, qui est absolument indispensable. Mais au moment où on travaille, il faut tout abandonner, ne prendre appui sur rien. Un thérapeute est quelqu'un qui est dans l'incertitude totale. C'est à ce moment là que quelque chose d'efficace peut se produire. La psychothérapie pour moi, ça n'existe pas, parce que la psyché n'existe pas. C'est un leurre de notre petite culture de croire que la psyché existe, comme si l'esprit, comme si l'âme ou la psyché pouvaient être considérés en eux-mêmes. Ce qui existe, c'est un corps tout entier. Je crois qu'il faudrait appeler notre travail une anthropothérapie, ou éventuellement une somothérapie, parce que le corps prend tout. C'est Aristote qui dit : « La psyché est quelque chose du corps. » Si on a le corps, on a tout, mais si on a la psyché, on n'a encore rien. Cette butée est typique de notre culture, qui a réussi à séparer la psyché du reste. Certainement la psychanalyse et Freud en sont responsables. Le problème n'est pas du tout de comprendre pourquoi votre fille est muette, mais le problème est d'effectuer quelque chose qui va transformer l'existence.

PSN : Beaucoup de travaux récents montrent qu'après une première phase de prise de conscience, les changements interviennent par des actes.

FR : Donc, par un engagement du corps, c'est évident.

PSN : Une autre évolution récente fait une large part aux méthodes orientales de méditation. Qu'en pensez-vous ?

ND : François Roustang y a été sensible, via la systémique entre autres. Nous nous sommes même connus durant un voyage en Chine. Mais, malgré cette influence, il se défend maintenant de faire des liens avec la méditation et la pensée orientale, car cela risque d'être pris à la sauce européenne, et donc finalement de détériorer sa pensée et ce qu'il peut apporter.

FR : Il faut faire un effort intellectuel pour ne pas se faciliter le travail de pensée en utilisant des mots qui viennent d'une autre culture, mais pour penser avec les mots de notre culture. Il y avait encore quelques mots d'origine chinoise ou quelques allusions à la Chine dans un de mes derniers livres et j'ai tout supprimé. Ou bien vous êtes capable de parler de langage de votre culture, alors vous pouvez y aller, ou bien vous n'en êtes pas capable et ce n'est pas la peine de puiser des choses que vous ne pouvez pas comprendre. Vous allez emprunter des traits de vocabulaire de l'intérieur d'une autre culture : c'est inintelligible.

PSN : Pourtant, la pratique de la méditation est fort utilisée et paraît à la portée de l'Occidental moyen.

FR : Il faut savoir que c'est toujours déformé. J'ai lu un petit livre sur les arts martiaux rédigé par un Japonais qui dit : « Je travaille avec des Occidentaux, des Français. Jamais ils ne pourront comprendre. » C'est quand même toute une culture qui les a pétris. Souvent les patients me disent : « Ce que vous faites, c'est la même chose que la méditation, le zen. » Ma réponse est toujours la suivante : « Après une séance de méditation, y-a-t-il quelque chose de changé dans votre existence ? » La réponse : « Ah non, je me sens bien. » Si je vous propose des exercices du même genre, c'est à partir de votre problème, pour que votre problème soit transformé ou disparaisse. Je me souviens d'avoir fait une conférence au dojo zen de Paris. On me dit : « Finalement, tout ce que vous dites, on le fait. » Je dis : « Oui, mais est-ce que vous le faites en fonction des problèmes que vous rencontrez dans votre existence ? » En fait, non, c'est une enclave.

PSN : La méditation n'est pas spécifiquement orientale. Dans l'Antiquité se pratiquaient des exercices, dont les modalités sont d'ailleurs mal connues, comme la méditation sur le moment présent.

FR : Il est difficile d'arriver à définir en quoi consiste l'exercice. On dit méditation, on dit zen, mais qu'est-ce qui se passe ?

ND : Le bouddhisme rejoint d'une certaine façon les conceptions de François Roustang avec les notions d'accueil pur, de laisser être, de détachement. Pour reprendre les paroles d'un vénérable, « les productions mentales sont des tigres de papiers. Elles n'ont pas de pouvoir propre. Si vous refusez de les alimenter de vos propres peurs, de votre colère, de votre intérêt elles s'évaporent. » Dans notre culture, nous avons une conception tragique de l'homme, surtout dans la psychanalyse, le tragique de l'homme livré à la question de son identité, de ses conflits. Cette manière de voir peut nous distraire de vivre ce moment présent avec cette conscience éveillée. Je pense que cette dernière conception repose sur un présumé de type éco-vitaliste.

FR : J'ai même proposé d'appeler ce que je faisais écothérapie. Pourquoi ? Parce que ce qui importe est de sortir les gens de ce qu'ils appellent leur intériorité, qui n'a strictement aucun intérêt, et de les mettre dans le contexte de leur existence. C'est le contexte de l'existence qui est capital pour transformer quelqu'un, donc, dans la mesure où il ne pense plus, il pense, comme le dit Wittgenstein, où il s'assied. Il y a quelques jours, j'ai dit à un homme extrêmement tendu, crispé, qui vient de temps en temps me voir : « Monsieur, vous êtes dans ce fauteuil, mais vous n'êtes pas dans ce fauteuil. Vous allez faire attention : c'est le fauteuil qui va vous détendre. Faites bien attention : Est-ce que vous sentez votre dos contre le fauteuil ? Le fauteuil agit sur votre dos. Laissez le fauteuil vous détendre puisque vous ne pouvez pas vous détendre vous-même. » Autrement dit, c'est l'environnement le plus immédiat qui va transformer l'individu. Au bout de cinq à dix minutes, j'ai vu le patient se transformer, parce qu'il est sorti de la préoccupation de soi. Qu'est-ce que j'ai à faire ? Mais je n'ai rien à faire, je n'ai qu'à laisser l'environnement, d'abord l'environnement le plus proche qui est le fauteuil, agir sur moi. C'est complètement absurde dans notre mentalité, mais c'est la réalité. La réalité, c'est que nous sommes, ne serait-ce que notre équilibre. Nous tenons debout parce qu'il y a un espace autour de nous, parce qu'on nous a appris à marcher, etc. Pour moi c'est fondamental. Le psychisme n'a aucun intérêt, si ce n'est pernicieux. Si vous voulez guérir de vos maux, ce qui rejoint peut-être la méditation, laissez votre corps tout entier venir à bout de votre problème. Vous avez peur, vous avez des angoisses, laissez cette peur, laissez ces angoisses prendre toute la place qu'elles veulent. N'en faites pas votre affaire à vous.

ND : François Roustang a une méfiance à l'égard d'un présupposé de l'homme pensé comme sujet. Comme il le dit parfois, c'est le vivant qui l'intéresse, d'où le terme d'éco-vitaliste.

PSN : Il rejoint Bergson, Michel Henry aussi.

FR : J'ai connu Michel Henry. Je bavardais souvent avec lui. J'ai même écrit un article dans *Critique* sur Michel Henry. Dès ce moment-là, je trouvais que ses conceptions étaient beaucoup trop centrées sur l'expérience. Il pense qu'il y a une expérience personnelle, ce qui me paraît le piège définitif. Il n'y a pas d'expérience personnelle, il y a une expérience mondaine. Michel Henry, c'est le meilleur et le pire. Il veut nous sortir de la subjectivité et il nous y replonge définitivement.

PSN : Cela rappelle une phrase de Clément Rosset dans son livre sur l'identité (*Loin de moi*, Editions de Minuit, Paris, 2001) : « Moins je me connais, mieux je me porte. »

FR : Voilà, c'est exactement ça.

PSN : : Mais quand on parle de psychothérapie et qu'on cite cette phrase, on abat tout un pan de l'édifice.

FR : J'ai repris une citation de Bernanos, que j'avais lue à dix-huit ans : « Se connaître est la démangeaison des imbéciles. »

PSN : Nicolas Duruz, partagez-vous ce jugement ? Dans le traité que vous avez dirigé et où vous exposez un grand nombre de formes de psychothérapies, nous sommes quand même loin de Bernanos et de la démangeaison des imbéciles.

ND : Je suis François Roustang comme quelqu'un qui me provoque et me pousse en avant. Je tends vers sa position, mais je n'arrive pas à le suivre jusqu'au bout, comme si sa position était asymptotique. Quand je lui ai demandé de faire la post-face au *Traité de psychothérapie comparée*, c'était dans le mouvement de dire que tout modèle doit être autodégradable. Etant un peu plus que lui formateur et en tant qu'universitaire, sa position me semble parfois radicale, ; je la ressens comme un appel, puis je me dis qu'il y a l'âge et son parcours. Il me fait envie, tout en me faisant peur.

PSN : A vous entendre, François Roustang, tout paraît facile. Plutôt que de se pencher sur les problèmes, on peut les laisser de côté. Mais, cette apparente simplicité est peut-être justifiée par les résultats obtenus.

FR : Le piège maximal est de croire avoir trouvé la radicalité. J'ai une position qui ne peut pas être stable. Je le vois bien dans ma pratique. Il n'y a pas de séance où je me dis, surtout quand je vois les gens pour la première fois : « Par rapport à cette personne, vraiment je ne peux rien. » J'entre progressivement dans un état d'impuissance totale et il m'arrive de terminer une séance en disant : « On n'a rien fait, je n'ai rien fait. » « Combien je vous dois ? », demande le patient, et je lui réponds : « Rien du tout, rien ne s'est passé. » Très souvent, pratiquement à chaque séance, même avec des gens que je vois depuis longtemps, pendant dix minutes, un quart d'heure, une demi-heure, je ne sais rien, je ne comprends rien, parce que je ne sais pas du tout par où cette personne pourrait entrer pour faire un pas dans son existence. Donc ce n'est pas du tout une tranquillité où je me dis : « Je ne sais rien, je ne vois rien », puis on s'installe dans cette ignorance. Non, ce n'est pas vrai, on s'installe dans la réceptivité, mais la réceptivité est un état d'impuissance. Et c'est à partir de cet état d'impuissance, que parfois, que peut-être même souvent, une idée vient. On a pointé quelque chose, mais c'est toujours à refaire. C'est une position que l'on peut justifier théoriquement, mais dans la pratique, elle n'est jamais accomplie. Je le dis souvent dans les séances de formation, gardez précieusement tous vos échecs, collectionnez-les et rappelez-vous tout le temps que vous êtes en train d'échouer. Ne racontez pas que cela marche à tous les coups. Ce n'est pas vrai, c'est même le contraire qui est vrai. On est tout le temps en train d'échouer, on ne sait pas où on va, et c'est peut-être à partir de là qu'on peut faire un petit pas en avant.

PSN : Nicolas Duruz, que vous inspirent ces propos ?

ND : Je trouve important ce que dit François Roustang. Il met l'incertitude comme guide, mais dans la pratique cela ne nous installe pas dans le calme, ni ne nous indique que tout va bien se passer. Mais, quand je considère ma propre pratique, il y a un écart, dans le sens où pour moi la psychanalyse ou la systémique restent des repérages assez présents. Je ne pense pas arriver à ce degré de laisser aller.

PSN : Se pose quand même la question d'un cadre minimal. Pensez-vous que cela reste impératif, un cadre minimal étant défini comme une façon de se positionner, la question de paiement, le contrat explicite entre le thérapeute et son patient, la théorie à laquelle se réfère le thérapeute, même s'il l'aborde avec scepticisme et ouverture ?

FR : Je crois que l'incertitude porte également sur le cadre. Je ne donne jamais un second rendez-vous, sauf si je sens qu'il y a quelque chose de très fragile qui me contraint de le fixer. Je ne propose rien sur la temporalité des séances, je ne propose rien sur la position du patient : il peut s'asseoir sur le fauteuil, il peut s'allonger, il peut s'asseoir par terre, il peut marcher si ça lui plaît, et c'est arrivé. Je pense à telles ou telles psychotiques qui se sont mises à tourner à toute vitesse dans la pièce et qui ont été apaisées. L'incertitude est partout. Il faut accepter que les gens disent que votre fauteuil leur convient mieux que le leur. Ce sont des fauteuils complètement différents, mais rien ne s'oppose à leur échange. L'essentiel est que le thérapeute reste celui que l'on est venu voir pour essayer d'avancer. C'est la condition sine qua non, c'est le seul élément du cadre qui tient : « Vous n'êtes pas là pour moi, mais je suis là pour vous, au sens le plus fort du terme, et par le fait même, je ne veux rien pour vous. ». Je pense à une femme mélancolique qui est venue me voir il y a quelques mois et qui me dit : « Alors, docteur, hypnotisez-moi, faites quelque chose pour moi. » Je lui dis : « Madame, vous êtes là, c'est déjà beaucoup. Alors, installez-vous. Vous savez bien que je ne peux rien faire pour vous, mais que c'est vous qui allez faire quelque chose, éventuellement. Puisque vous êtes là, prenez cinq minutes de tranquillité, arrêtez de demander à un autre de faire pour vous. »

ND : Dans une situation d'échec, lorsque vous n'avez pas trouvé un endroit où la personne puisse se positionner différemment, pouvez-vous imaginer qu'elle aille chez quelqu'un d'autre et que cette autre thérapie marche ?

FR : C'est arrivé. Il y a quelques années, une femme est venue me voir et m'a raconté son échec avec un thérapeute, deux thérapeutes, trois thérapeutes. Je lui dis : « Madame, comment allons-nous faire pour que vous puissiez échouer avec moi aussi, car c'est ça qui est essentiel pour vous ? » Elle est venue me voir deux fois et au bout de la deuxième fois, elle me dit : « C'est bien pire, je suis bien pire que la première fois. » Je lui réponds : « Vous voyez, on a réussi. » Elle était furieuse. J'ai su par hasard qu'elle a commencé un vrai travail ensuite avec un psychanalyste. Tout est possible ou impossible, mais jamais tout à fait. Il m'est arrivé plusieurs fois d'envoyer des patients chez un psychanalyste, parce que manifestement ils avaient besoin de beaucoup plus de temps et besoin de parler. Moi, je ne peux plus avoir cette pratique. Je dis : « C'est là qu'est votre problème, allez, basculons. » J'admets que ce soit insupportable pour certains patients.

PSN : Nicolas Duruz, sur la question du cadre, vous auriez peut-être une position différente.

ND : Même si on le vit comme quelque chose qui doit évoluer et être remis en question, le cadre reste important. Mais, mon cadre peut ne pas correspondre au cadre dont ont besoin certains patients. Ceux-ci aussi peuvent avoir une manière de sentir et de voir les choses différente de celle impliquée par le cadre auquel je me réfère.

FR : Je crois qu'il faudrait distinguer entre le moment fécond d'une thérapie et toute les préparations. Il y a des gens qui ont besoin d'une longue préparation. Je reçois des courriers pour savoir combien de temps dure ma thérapie. La durée va de une seule séance, qui parfois bouleverse la vie, à plusieurs années. Il y a des personnes

fragiles qui ont besoin d'une aide constante et qui n'arrivent pas à se lancer par rapport à elles-mêmes, donc il faut les recevoir très longtemps.

ND : François Roustang, vous voyez des changements rapides. Diriez-vous que chez certains patients, ce changement s'opère et va durer, et que chez d'autres, il s'opère mais il faut le stabiliser, et que ce sont ces patients que vous continuez à voir ?

FR : Non. Les personnes dont vous parlez et qui ont besoin d'être stabilisées vont apprendre une manière de se traiter elles-mêmes. Ceux que je vois depuis plusieurs années sont des patients qui n'ont pas la force de faire le saut que je demande dans cette méthode, de laisser venir la solution : « La solution vous l'avez, puisque vous êtes vivant. Alors, laissez-la venir, pensez là où le problème se pose et attendez qu'il soit résolu. Il n'y a pas de problèmes de fond qui ne se résolvent d'eux-mêmes. »

PSN : François Roustang, vous parlez d'hypnose à propos de la demande d'une patiente. Vous êtes connu pour en avoir réhabilité la pratique. Quelle est sa place actuellement pour vous ?

FR : C'est une place extraordinairement simplifiée. Pour moi l'hypnose, c'est simplement de supprimer la distance entre moi et moi, c'est s'enfoncer dans sa propre existence, sans plus penser qu'on est là, c'est adhérer à la réalité de telle sorte qu'il n'y ait pas l'ombre d'une feuille de papier à cigarette entre elle et moi, c'est s'installer dans son existence.

PSN : Dans votre traité, Nicolas Duruz, un chapitre est consacré à l'analyse selon Jung. Les jungiens restent d'ailleurs assez nombreux en Suisse. François Roustang, vous avez écrit une préface à la correspondance entre Freud et Jung. Le *Livre rouge* de Jung vient enfin d'être publié, après des décennies de mise au secret. C'est une sorte d'autobiographie psychique qui était très attendue et donne l'occasion de reparler de lui.

ND : Je remarque de la part des patients ou même des étudiants un intérêt pour Jung, que je situe dans un mouvement de critique à l'égard d'une rationalité dans le champ de la psychothérapie et comme une approche plus ouverte, moins crispée.

FR : Il y a chez Jung une insistance sur les mythes, sur les rêves. C'est comme si Jung croyait réels les mythes et les rêves, ce qui ouvre certainement des horizons à beaucoup de personnes. Il y a une chose assez amusante au sujet de Jung et de l'hypnose. Dans son autobiographie, il dit explicitement qu'il a pratiqué l'hypnose mais que c'est trop facile, qu'il a des bénéfices trop rapidement et que ce n'est pas intéressant. Pour un scientifique, c'est une déclaration extraordinaire ! Les psychanalystes rétorquent que cet effet rapide ne dure pas. Moi, je vois tous les jours dans la clinique des résultats qui peuvent être durables. Il y a des gens pour qui c'est tellement mûr qu'en une fois ils tournent les choses, parce qu'ils n'en peuvent plus du passé. Je me souviens avoir reçu plusieurs fois des lettres de patients qui disent : « Ma vie a été bouleversée. » Si cela ne dure pas, il faut refaire le même exercice, il faut de nouveau s'asseoir dans son problème et laisser apparaître la solution. Parfois je me compare à un rebouteux. Vous vous êtes démis l'épaule, il vous la remet en place, puis la vie continue.

PSN : Cela nous conduit à aborder l'évaluation des psychothérapies. Nicolas Duruz, vous avez récemment participé à un colloque sur ce sujet.

ND : Cette question est de plus en plus posée parce que nous sommes dans une société comptable, gestionnaire. Jusqu'à un certain point avec raison, on veut savoir où doivent aller les ressources consacrées aux soins. Pour pouvoir prendre de bonnes décisions, il faut pouvoir tabler sur des chiffres, des résultats. Mais dans le champ de la psychothérapie, c'est un immense problème. Comment est-il possible que quelque chose qui se passe dans une certaine singularité puisse relever du chiffre ? Une évaluation est nécessaire, ne serait-ce que pour les thérapeutes. C'est une manière de s'interroger.

PSN : François Roustang, j'imagine que vous avez des positions plus radicales sur l'évaluation des psychothérapeutes ?

FR : Contrairement à ce que vous pourriez attendre, je suis tout à fait pour. Si nous faisons un métier dans une société, la société a tout à fait le droit de nous demander des comptes. Je me suis opposé aux psychanalystes depuis toujours sur ce point. La société a le droit de nous interroger. Peut-on lui répondre ? C'est une tout autre histoire, mais on doit essayer de le faire. Si elle nous demande des statistiques, on lui dira que c'est difficile. On peut essayer de faire des statistiques, mais on s'aperçoit qu'elles ne vont pas très loin. Il me semble qu'il faut entrer en dialogue avec la société, puisque nous sommes citoyens, puisque nous faisons un métier dans cette société. On peut être compris en expliquant que dans notre métier il est très difficile de faire des réponses qui soient quantifiables. Donc je ne suis pas du tout opposé à l'évaluation, contrairement à la plupart des psychanalystes, qui parlaient de « l'extra-territorialité de la psychanalyse », ce qui est vraiment monstrueux.

PSN : Depuis, la position des psychanalystes, du moins de certains d'entre eux, a beaucoup évolué.

ND : Si le rapport de l'INSERM a provoqué tant de passion, c'est qu'il interpellait un certain nombre de thérapeutes qui voulaient rejeter complètement toute forme d'évaluation. Il a permis une certaine avancée.

FR : Le problème est le même à l'hôpital. Si on veut tout quantifier à l'hôpital, que reste-t-il ? Il n'y a plus de relation, il n'y a plus de médecine non plus. On est pris entre une liste de symptômes, que l'on va dire positifs ou négatifs, et ensuite les médicaments à distribuer, ce qui devient complètement inhumain.

ND : En Suisse, le contrôle s'exerçait sur les psychiatres à qui on demandait, lorsqu'ils envisageaient de faire une thérapie au delà de dix séances, de déposer, à la sixième séance, un rapport assez bref. Au bout d'un an, l'administration a souhaité faire le point. Elle a mené une enquête et a vu que le rapport entre les coûts de cette mesure et ses bénéfices était défavorable, et elle a décidé de renoncer à cette ordonnance, permettant que l'on aille maintenant jusqu'à quarante séances.

PSN : François Roustang, quel jugement portez-vous sur les psychotropes ?



FR : Extraordinairement favorable. Ils sont utiles et nécessaires. Je pense à une patiente qui vient me voir et à qui un psychiatre prescrit un traitement. Le psychiatre qui suit cette personne est d'une très grande discrétion par rapport à ce qui se passe en thérapie : la patiente est rassurée, et en même temps le traitement lui permet de traverser des moments extrêmement douloureux. Si on a beaucoup gagné avec les médicaments, on a aussi beaucoup perdu. Quand j'ai débuté comme psychanalyste, j'ai eu la chance de pouvoir travailler à l'hôpital Sainte-Anne pendant plusieurs années. C'était merveilleux. On recevait le matin les patients qui avaient été ramassés par la police la nuit précédente et qui n'avaient pas encore reçu de médicaments. Ce sont peut-être les moments les plus heureux de ma vie. Quelle liberté ! Il fallait voir aussi la finesse et l'intelligence des infirmiers et des infirmières pour apaiser les patients.

PSN : François Roustang, nous allons parler maintenant de votre dernier livre, qui est consacré à Socrate. Vous disiez tout à l'heure qu'il faut être disponible à l'égard du patient et lui laisser trouver la solution à ses difficultés. Ce procédé rappelle la maïeutique socratique. Ce rapprochement maintes fois revendiqué par certaines formes de psychothérapies, cognitives notamment, vous paraît-il pertinent ?

FR : La maïeutique socratique est probablement une invention de Platon. Socrate dialogue non pas pour chercher la vérité mais pour embarrasser son interlocuteur, et quand il est dans l'embarras, il le laisse tomber. Il ne fait rien pour aider quelqu'un qu'il a conduit au désarroi ou à la honte. Ce n'est pas une méthode de découverte, c'est une méthode pour défaire quelqu'un de ses propres certitudes, puis, quand ses certitudes sont défaites, à lui de se débrouiller avec les questions qu'il ne peut pas résoudre.

PSN : Donc une attitude cynique, voire sadique.

FR : Souvent Socrate rit beaucoup des bêtises des autres, mais, en même temps, c'est la seule manière de permettre aux gens de changer leur vie. Il n'est pas toujours sadique, mais cela lui arrive. En tout cas, il s'amuse et quelques fois même il ridiculise ses interlocuteurs en public. Socrate possède deux caractéristiques. Premièrement, il personnalise, c'est-à-dire que, même s'il parle devant un groupe, il s'adresse à quelqu'un en particulier. Deuxièmement, il improvise. Les sophistes prononçaient des discours et il n'y avait pas de discussion, tandis que Socrate est tout le temps en discussion. Il invente tout le temps des procédés pour désarçonner son interlocuteur.

ND : J'essaye de comprendre pourquoi Socrate passionne François Roustang comme psychothérapeute. J'arrive à bien comprendre comment il nous invite à quitter nos certitudes, à nous amener à une certaine impuissance. Mais, vous François Roustang vous ne laissez pas à un moment donné le patient dans l'embarras.

FR : Evidemment que si, parce que la seule chose intéressante est que le patient invente lui-même sa solution. Je veux bien pointer la difficulté, l'endroit où il ne sait pas trop qu'il est arrêté. Il croit que son malheur vient de ce qu'il fait mauvais temps, mais ce n'est pas du tout la raison, c'est parce qu'il a mal aux pieds. C'est pour le

moment un travail de découverte de la part du thérapeute, mais, ensuite, il va s'en sortir tout seul. Je ne l'aide absolument pas. Si je l'aide, cela veut dire que je fais quelque chose à sa place. A ce moment-là, je cisaille complètement son surgissement personnel. Je ne veux aider personne, je n'aide personne.

PSN : Nicolas Duruz, une classification des différentes formes de psychothérapies a été établie en fonction des styles littéraires : la tragédie pour la psychanalyse, la comédie pour les thérapies cognitivo-comportementales par exemple. Les thérapies systémiques répondraient au style ironique, car on y voit ce qu'il y a de stupide, de risible ou de paradoxal dans l'attitude des sujets et des familles. Ce rapprochement vous paraît-il pertinent ? L'ironie socratique s'appliquerait-elle aux thérapies systémiques ?

ND : C'est applicable à certaines des nombreuses formes de thérapies familiales et systémiques, je pense à celles qui ont été appelées paradoxales ou stratégiques. Mais, sans être réducteur, ce rapprochement littéraire est limité. Plus fondamentale me paraît l'insistance que porte François Roustang à tout le contexte et à ce que chaque chose trouve sa place, sa bonne place.

FR : On a tout dit si on dit ça. Chaque chose a trouvé sa bonne place et chacun doit trouver la bonne position. C'est dans la mesure où je prends une bonne position à ma place que je reçois tous les courants. C'est un petit peu le problème du skippeur sur un bateau. Il est celui qui sent globalement en même temps tous les vents et tous les courants. C'est exactement pour moi la position du thérapeute. C'est la position que le patient va acquérir. Tous les problèmes sont résolus si je suis à ma place et que je me laisse mener. Souvent je cite la devise de la marine à voile : on ne commande au vent qu'en lui obéissant. Pour moi, la liberté est simplement d'être à sa place et de subir tout à la fois. Si je subis toutes les influences à la fois, je suis à ma place, donc je suis libre.

PSN : La psychothérapie comme le traité de navigation ?

FR : Oui, si vous voulez. Un bon skippeur connaît le vent. Je me souviens d'avoir traversé la Méditerranée à la voile. A un moment, le skippeur nous dit de prendre un ris, c'est-à-dire de rouler la voile, de diminuer sa portée. Je lui dis : « Qu'est-ce que tu fais ? » Il me répond : « Ça vient. » Un quart d'heure après, un coup de vent terrible. Il faut changer sa position parce que le mauvais temps arrive.

PSN : Comme psychothérapeute, qu'avez-vous voulu dire en écrivant ce livre sur Socrate ?

FR : Plusieurs choses. La plus fondamentale est qu'il n'y a pas de différence entre le logos et le pathos, entre l'épistémé et l'arété, entre la parole et les émotions, entre la connaissance et l'excellence ou la vertu. Tout ça est fondu dans l'expression humaine, dans la vie humaine. J'insiste aussi beaucoup dans ce livre sur le fait que l'humain est comme un artisan qui connaît son métier et qui ne se pose plus de question. Un véritable artisan n'est pas quelqu'un qui réfléchit, qui délibère et qui dit : « Je vais faire quelque chose ». Il le fait spontanément, il est tout entier dans l'acte. Le modèle finalement de l'humanité ou d'une thérapie réussie est le moment où nous sommes comme un artisan de notre vie. Nous agissons spontanément, sans

délibérer, ni se demander ce qui est bien et ce qui est mal. C'est scandaleux et plusieurs lecteurs ne peuvent pas entendre ça. L'art ne délibère pas. C'est ce que je peux proposer : « Ne vous posez plus de question, mettez vous là où vous êtes et sentez tout ce qui se passe. »