

Brandt, P.-Y. (2010). La pratique des pères du désert comparée aux psychothérapies d'aujourd'hui : Analyse de quelques apophtegmes, In V. Sava, D. Sandu and E.I. Roman (Eds.), *Învățământul universitar vocațional la ceas aniversar – 2010 : Studii și cercetări* (pp. 385-394). Iași, Romania : Doxologia.

LA PRATIQUE DES PÈRES DU DÉSERT COMPARÉE AUX PSYCHOTHÉRAPIES D'AUJOURD'HUI : ANALYSE DE QUELQUES APOPHTEGMES

Dr. Pierre-Yves BRANDT

Faculté de Theologie, Université de Lausanne, Swiss

Les pratiques psychothérapeutiques contemporaines se situent dans le prolongement de la confession et de la direction spirituelle, plus volontiers appelée paternité spirituelle dans les Eglises orientales, exercée par les prêtres et les moines. Le psychiatre français Pierre Janet en était si conscient qu'il posait, il y a maintenant un peu plus d'un siècle, l'équivalence entre la direction spirituelle exercée par les prêtres et les entretiens qu'il menait avec ses patients. Il voit ses interventions comme une forme laïque des pratiques utilisées par les religieux dans les couvents pour la direction des âmes¹. De sorte que le médecin peut être amené à exercer la «direction morale» de ses patients². De même, pour décrire le célèbre traitement qu'il applique à Achille souffrant de possession démoniaque, il n'hésite pas à utiliser le qualificatif d'«exorcisme moderne»³.

Dans le prolongement de ce postulat, certains courants psychothérapeutiques ont prétendu remplacer, et donc rendre dorénavant inutile, l'accompagnement spirituel⁴. Cependant, la spécificité de l'accompagnement spirituel a été reconnue par de nombreux cliniciens et la complémentarité entre accompagnements psychologique et spirituel a commencé à être étudiée⁵. Un aspect est l'effet thérapeutique de certains conseils spirituels. C'est dans cette perspective que nous proposons l'analyse de quelques apophtegmes des pères du désert qui constituent une des sources les plus anciennes de la pratique chrétienne de l'accompagnement spirituel.

Ce choix mérite quelques précisions car les références classiques de la *cura animarum* dans l'Eglise ancienne sont traditionnellement, et en Occident tout spécialement, plutôt celles des écrits de Cyprien, Tertullien, Jean Chrysostome, Ambroise, Augustin et, surtout, Grégoire le Grand⁶. Cependant, sans être théorisée dans des traités de «cure

¹ Cf. le chapitre «Les thérapeutiques issues des pratiques religieuses» dans *La médecine psychologique*, 1923.

² *Ibid.* dans le sous-chapitre intitulé «Directions morales» où il parle aussi de «direction médicale des névropathes». Plus loin dans l'ouvrage, il explique comment le médecin exerce cette direction.

³ Janet 1898, *Névroses et idées fixes* pp. 375-406.

⁴ C'est une conséquence qui paraît découler, par exemple, de la critique que Sigmund Freud applique à la religion. Cf. par exemple *Totem et tabou* écrit en 1912 et publié en 1913.

⁵ Cf. Catalan 1991, Brandt 2004, Koenig et Huguélet 2009.

⁶ Cf. Oden 1984, qui consacre tout un chapitre de son livre *Care of souls in the Classic tradition*, à montrer l'impact de ces auteurs jusqu'au 19^e siècle dans les écrits de théologie pastorale et

d'âme»⁷, la pratique orientale de la paternité spirituelle, que ce soit sur la Sainte Montagne de l'Athos ou chez les *staretz* d'Europe de l'Est, a sans cesse renoué avec la tradition des solitaires de Syrie, de Palestine ou d'Égypte des 3^e au 7^e siècles dont les paroles ont été rassemblées dans des collections d'apophtegmes.

Or, l'intérêt de ces paroles pour aujourd'hui a été récemment soulignée par deux auteurs appartenant au monde occidental. Tout d'abord un théologien, Mgr Rowan Williams, archevêque de Canterbury, qui a publié plusieurs livres sur l'actualité de la spiritualité des pères du désert⁸. Ensuite, un directeur de la Clinique psychiatrique de l'hôpital universitaire de Zurich, Daniel Hell, qui décrit l'action des pères du désert en utilisant les termes de la psychiatrie d'aujourd'hui. Faut-il en déduire que la spiritualité du désert est tout spécialement appropriée pour rejoindre nos contemporains ? Il se trouve en effet que la vie moderne, moins collective, plus éclatée, confronte de plus en plus de personnes à la solitude. En ville, tout spécialement, la proportion de gens qui vivent seuls n'a cessé d'augmenter ces dernières décades. L'expérience des solitaires des déserts de l'Antiquité prend donc aujourd'hui une actualité inattendue. C'est sur cet arrière-fond que nous allons examiner quelques apophtegmes tirés de la collection systématique⁹.

Analyse de quelques apophtegmes

L'analyse de quatre apophtegmes nous permettra maintenant de mettre en évidence des aspects de la pratique des pères du désert. Nous procéderons par comparaison avec certains aspects des pratiques psychothérapeutiques d'aujourd'hui. Cette comparaison servira à éclairer quelques principes sur lesquels s'appuyait la pratiques des pères du désert ainsi que certains ressorts de l'efficacité thérapeutique de leur pratique.

Préserver le lien (Ap. X,18)

Commençons par l'apophtegme suivant :

«Trois vieillards, dont l'un avait mauvaise réputation, vinrent un jour chez abba Achilles. L'un d'eux lui dit: 'Abba, fais-moi une seine¹⁰.' Il dit: 'Je ne le ferai pas.' L'autre lui dit: 'Par charité, afin que nous ayons un souvenir de toi au monastère, fais-nous une seine.' Il

leur remplacement au 20^e siècle par des références aux approches psychothérapeutiques de Freud, Jung, Rogers, Fromm, Sullivan et Berne.

⁷ *Seelsorge* en allemand, *cure of souls* en anglais.

⁸ Le plus connu est sans conteste *Silence and honey cakes*.

⁹ La numérotation et la traduction française sont celles données par l'édition des «Sources chrétiennes» réalisée par Jean-Claude Guy.

¹⁰ C'est-à-dire un filet.

dit: 'Je n'ai pas le temps.' Le frère qui avait mauvaise réputation lui dit : 'Fais pour moi une seine afin que j'aie quelque chose de tes mains, abba.' Et il lui répondit aussitôt: 'Je vais te la faire.' Alors les deux vieillards lui dirent en particulier: 'Pourquoi as-tu refusé de nous faire ce que nous te demandions et dis-tu à celui-ci que tu vas le lui faire ?' Il leur dit: 'Je vous ai dit que je ne le ferais pas, et vous n'en avez pas été chagrinés, pensant que je n'avais pas le temps. Mais si je ne le fais pas pour celui-ci, il dira: 'C'est parce qu'il a entendu parler de ma faute que le vieillard ne veut pas le faire'; et aussitôt nous coupions le lien. J'ai donc réveillé son âme afin qu'un tel homme ne sombre pas dans le chagrin.' »

Nous avons ici un des rares textes de la collection des apophtegmes dans lequel l'Ancien explique pourquoi il agit comme il le fait¹¹. Car, au premier abord, son attitude paraît choquante et les deux premiers frères qui se sont adressés à lui ne manquent pas de le lui faire remarquer. Qu'il refuse de répondre à la demande des frères parce qu'il n'a pas le temps ? Passe encore ! Mais alors, qu'il traite au moins tout le monde sur un pied d'égalité ! Abba Achillas ne voit pas les choses ainsi. Il se trouve que le troisième frère a commis une faute qui a terni sa réputation. Il est fragilisé intérieurement. Son estime de soi est entamée. Il risque d'interpréter un refus comme un rejet, comme un jugement. Et alors le lien avec l'Ancien sera coupé.

Au delà des querelles d'écoles, les différents courants psychothérapeutiques d'aujourd'hui ont en commun de savoir qu'aucune efficacité thérapeutique ne peut être espérée si un lien de confiance n'est pas d'abord établi puis maintenu entre le patient et le thérapeute. Au point qu'une grande partie de l'efficacité de certains traitements psychothérapeutiques dépend de la réussite à instaurer un tel lien. Car l'établissement du lien est la condition pour que les interventions du thérapeutes puissent être reçues. C'est alors seulement que le patient pourra par exemple supporter d'être mis en face de certains aspects de sa vie difficiles à accepter. Le travail opéré par une psychothérapie consiste souvent dans un processus de désillusionnement. C'est la capacité à accepter certaines réalités décevantes qui est souvent la condition pour qu'une transformation intérieure nécessaire puisse avoir lieu. Mais pour ne pas sombrer dans le chagrin, avec le risque d'une décompensation psychique ou même une tentative de suicide, il faut pouvoir s'appuyer à ce moment-là sur le regard bienveillant d'un autre, en l'occurrence le thérapeute.

Préserver le lien thérapeutique est ainsi essentiel pour rendre possible l'efficacité d'une intervention psychothérapeutique. Il est donc remarquable qu'Abba Achillas parle explicitement de *ne pas couper le lien*, un terme qui a pris un sens technique très précis dans les traités de psychothérapies modernes. C'est l'indication qu'abba Achillas était conscient de la valeur thérapeutique de la paternité spirituelle et qu'il était attentif aux éléments qui constituent ce que l'on appelle aujourd'hui *le cadre thérapeutique*.

¹¹ Un autre cas est X,38 dans lequel Abba Joseph explique que la parole doit toujours être adaptée à qui elle est donnée.

Déjouer les idées sombres (Ap. VII,48)

Dans la tradition des pères du désert, les pensées (*logismoï*) englobent toutes les idées et représentations imaginaires que se fait le moine et qui le détournent de la confiante relation en Dieu pour le pousser dans des spéculations déconnectées de la réalité. Ce sont aussi bien des idées noires (« Dieu m'a rejeté ») ou trop flatteuses (« mon œuvre monastique est digne des saints ») que le moine se fait sur lui-même que le rêve d'objets de plaisir qui viendraient atténuer les difficultés de l'ascèse. Dans le langage spirituel, ce sont des tentations. Pierre Janet parlait d'idées fixes. Des psychologues familiers de la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) parleraient plus volontiers de ruminations, de pensées négatives, pénibles ou présentant des distorsions cognitives, si fréquentes dans la dépression que Daniel Hell identifie avec la médecine antique appelait la *mélancolie* et que le langage spirituel des pères du désert désigne comme l'*acedia*¹². En général, écouter les pensées a pour conséquence l'abandon de la cellule.

Le traitement consiste d'une manière ou d'une autre à déjouer l'imaginaire. Pour vaincre l'acédie, Hell¹³, reprenant l'enseignement d'Evagre le Pontique et des apophtegmes des pères du désert, reconnaît cinq types de stratégies. Première stratégie : accepter et endurer avec patience. Deuxième stratégie : remplacer la pensée par une autre pensée. Troisième stratégie : entrer dans les sentiments de la tristesse et pleurer. Quatrième stratégie : trouver un rythme de vie régulier. Cinquième stratégie : avoir conscience que je suis mortel.

Prenons un apophtegme qui traite de la difficulté à ne pas abandonner un engagement. Ici, il s'agit de la vie monastique, mais ce pourrait être le mariage ou la vie familiale, qui peuvent paraître parfois monotones avec leurs aspects répétitifs¹⁴ :

«Un frère passa neuf ans tenté de quitter le cénobion. Chaque jour il préparait sa mélote pour partir, et, lorsque venait le soir, il se disait en lui-même: 'Demain, je vais m'en aller d'ici.' Et au matin il redisait à sa pensée: 'Efforçons-nous de tenir encore aujourd'hui à cause du Seigneur.' Et lorsqu'il eut passé ainsi les neuf années, Dieu le soulagea de cette tentation.»

Cet apophtegme est une illustration de la première stratégie : accepter et endurer avec patience. Mais l'intérêt de cet apophtegme est qu'il ne fait pas que prescrire cette stratégie. Il décrit précisément la technique suivie pour mettre en pratique cette stratégie. Pendant neuf ans, le frère a préparé *chaque jour* ses bagages pour partir. Il n'a

¹² Hell, pp. 111-124.

¹³ *Ibidem*, pp. 125-141.

¹⁴ L'idée de base contenue dans cet apophtegme se retrouve sous diverses formes dans d'autres apophtegmes, comme par exemple VII,11.

pas seulement pensé à partir, mais il s'est mis concrètement en situation de pouvoir le faire. Ainsi, il pouvait vérifier que personne ne le retenait de force, qu'il avait pleine liberté de partir s'il le voulait. Comment se fait-il alors qu'il ne soit pas parti? C'est qu'il préparait chaque jour ses bagages pour partir *le lendemain*. De sorte que, une fois le jour passé et arrivé le moment où il pouvait choisir de partir, il préparait ses bagages pour le lendemain. Et ainsi de suite, jour après jour, il préparait ses bagages *pour le lendemain*. Pour rester fidèle à son choix de vie, il avait trouvé un moyen pour le re-choisir chaque jour. Là où l'engagement à vie était devenu insupportable, l'engagement pour une seule journée paraissait possible. En d'autres termes, il avait transformé une tâche devenue trop lourde en une série de tâches accessibles. Ce procédé de découpage d'une tâche en sous-tâches (on pourrait dire aussi d'un problème en sous-problèmes plus simples à résoudre) est couramment utilisé par la thérapie cognitivo-comportementale pour le traitement des phobies ou de la dépression par exemple.

Lutter contre le découragement (Ap. VII,49)

Dans l'apophtegme suivant, il est aussi question d'endurance. Mais la difficulté à vaincre n'est pas seulement celle de l'ennui. Il ne s'agit pas seulement de trouver comment rester fidèle à un engagement pris, Il s'agit aussi de persévérer durablement dans un effort de sorte à atteindre un objectif déterminé. Alors que nous avons comparé la situation évoquée par l'apophtegme précédent à la fidélité conjugale, on est plus proche ici de l'étudiant qui risque de se décourager devant l'effort à accomplir pour réaliser un programme de formation ou de l'artisan qui pourrait laisser tomber en cours de route un projet de longue haleine. Surtout s'il s'agit de reprendre à nouveaux frais une entreprise qu'on a laissée aller à l'abandon. Voyons comment le frère qui est confronté à une difficulté de ce genre se fait aider par un vieillard.

«Un autre frère, succombant à la tentation, perdit à cause de l'affliction sa règle monastique. Voulant la reprendre, l'affliction l'en empêchait, car il se disait en lui-même: 'Quand pourrai-je me trouver comme j'étais avant?' Et, découragé, il n'avait pas la force d'entreprendre une œuvre monastique. Allant donc trouver un vieillard, il lui exposa son affaire. Et le vieillard, apprenant la cause de son affliction, lui proposa l'exemple suivant. Il lui dit: «Un homme avait un champ qui, par sa négligence, tomba en friche et se remplit de joncs et de ronces. Il décida plus tard de le cultiver et il dit à son fils: 'Va défricher le champ.' Partant défricher le champ, mais voyant la quantité de joncs et de ronces, son fils perdit courage et se dit: 'Quand aurai-je arraché tout cela et défriché tout ce qui est ici?' Découragé, il se mit à dormir. Il fit de même pendant de nombreux jours. Plus tard, son père vint voir ce qu'il avait fait et, constatant qu'il n'avait pas travaillé du tout, il lui dit: 'Pourquoi jusqu'à présent n'as-tu rien fait?' Le jeune homme dit à son père: 'Lorsque j'allais commencer à travailler, père, voyant la quantité de joncs et de ronces, j'en fus

accablé; et je me suis couché et j'ai dormi.' Alors son père lui dit: 'Mon enfant, fais chaque jour l'équivalent de la surface de ta couverture, et ainsi ton travail va progresser et tu ne seras pas découragé.' Il l'écouta et fit ainsi, et en peu de temps le champ fut défriché. Pour toi aussi, frère, c'est la même chose : travaille peu à peu: tu ne seras pas découragé et Dieu te rétablira par sa grâce dans ton ancienne condition.» Et le frère s'en alla et demeura avec endurance, agissant comme le vieillard le lui avait appris. Ainsi trouva-t-il le repos et, grâce au Christ, progressa-t-il. »

Dans sa réponse, le vieillard propose le récit d'une petite histoire qui présente des analogies avec la situation du frère qui vient l'interroger. Proposer des récits exemplaires en cours de psychothérapie est une technique prônée par Nossrat Peseschkian, le fondateur de la psychothérapie positive en Allemagne, qui vient de décéder en avril 2010¹⁵. Il a montré que de nombreux récits traditionnels transmettent un savoir thérapeutique. En tant que tels, ces récits ont entre autres une fonction de miroir et de dépôt. La fonction de miroir renvoie au fait que des similitudes entre la situation dans laquelle se trouve celui qui écoute le récit et la situation évoquée par le récit permet à celui qui écoute de prendre conscience de ce qu'il vit. Ce faisant, le récit met en scène des solutions pour sortir d'une difficulté qui seront éventuellement essayées par celui qui écoute le récit. La fonction de dépôt souligne ce savoir est rendu à tout moment facile d'accès pour qui se souvient du récit. Plutôt que de devoir se rappeler d'un principe abstrait ou d'une théorie, le savoir à mettre en œuvre est condensé dans une histoire, ce qui rend plus aisé de s'en rappeler au moment où l'on se trouve confronté aux mêmes difficultés.

La valeur thérapeutique d'un récit présuppose que l'individu se transforme par identification aux personnages du récit. Un tel présupposé repose sur une conception de l'identité individuelle fondée sur sa nature narrative¹⁶: celui que je suis résulte d'une histoire dont je peux faire le récit. La construction de ce récit est tributaire de récits qui l'ont précédée et auxquels le récit de mon histoire personnelle est susceptible à tout moment de procéder à des emprunts.

Dans le récit proposé par le vieillard, celui qui a laissé les ronces envahir le champ n'est pas celui qui va ensuite défricher. C'est un homme qui demande à son fils de le faire pour lui. Or, le fils se décourage à son tour. Comment se sortir d'une situation qui paraît être bloquée dans une impasse ? Il est remarquable que celui qui trouve la solution soit justement celui qui avait laissé les choses prendre une tournure fâcheuse. C'est en effet le père qui donne à son fils la solution pour surmonter son découragement. Ce faisant, la petite histoire racontée par le vieillard comporte comme une

¹⁵ Son livre le plus connu, *Der Kaufmann und der Papagei*. Paru pour la première fois en 1979, en est à sa 30^e édition.

¹⁶ Cf. Hubbeling 1990, MacIntyre 1997, Ricœur 1983, pp.100-117 ; 1990, pp. 150-166.

sorte de promesse sous-jacente : celui qui perd le contrôle des choses qu'il a entreprises n'est pas définitivement condamné. Il porte en lui des potentialités qui peuvent se montrer salutaires le moment venu. Il peut aussi être celui qui trouve la solution pour remonter la pente.

La solution proposée consiste, comme dans l'apophtegme précédent, à découper la tâche en une suite de sous-tâches plus accessibles. Ce qui est demandé n'est plus de défricher tout le champ mais une tâche à la mesure des moyens à disposition pour le jour qui est devant soi : défricher l'équivalent de la surface nécessaire pour se coucher. Ce faisant, la proposition du père comporte une vertu supplémentaire : elle fait savoir qu'elle a entendu la demande du fils de pouvoir se coucher et qu'elle l'admet. La seule exigence est de défricher chaque jour à nouveau la surface nécessaire pour pouvoir se coucher. Il n'y a aucun reproche, aucune culpabilisation dans les propos du père. Honorer la demande du patient et trouver le moyen de lui donner une orientation constructive indique que l'on a pris au sérieux sa souffrance et que l'on est soucieux de ne pas briser plus avant son estime de soi. L'apophtegme suivant montre lui aussi comment l'action thérapeutique peut avantageusement tirer parti de l'évitement d'une intervention frontale. Car bien souvent les blocages psychologiques résultent d'une exacerbation des mécanismes de défenses qui se mettent en place quand le sujet se sent par trop menacé dans son intégrité psychique.

Se prémunir contre l'orgueil (Ap. X,97)

«L'un des vieillards dit: «Je demandai à abba Sisoès de me dire une parole et il me répondit: 'Le moine doit être par la pensée en dessous des idoles.' De retour dans ma cellule, pendant un an je ruminai cela en me disant : 'Que signifie : en dessous des idoles?' Et je revins chez le vieillard et lui dis : 'Que signifie : être en dessous des idoles?' Alors le vieillard me dit: 'Il est écrit : *Elles ont une bouche et ne parleront pas, des yeux et ne verront pas, des oreilles et n'entendront pas*; tel doit être le moine. Et parce que les idoles sont objet d'abomination, lui aussi, il s'estimera objet d'abomination.'»

La demande adressée à abba Sisoès est tout à fait traditionnelle: on allait voir un ancien et l'on espérait pouvoir s'en revenir avec une parole personnalisée reçue de lui. «Abba, dis-moi une parole!» était la formule consacrée qui accompagnait une telle démarche. La réponse d'abba Sisoès ne manque cependant pas de surprendre. Que peut bien vouloir dire «être par la pensée en dessous des idoles»? C'est la question que rumine pendant un an le vieillard qui a reçu cette parole. En effet, se tenir en dessous évoque une attitude de soumission. Mais comment le moine pourrait-il s'engager volontairement à vénérer les idoles et leur être soumis. N'est-il pas venu au contraire au désert pour s'affranchir définitivement de toutes les idoles et n'adorer que Dieu seul ?

Le vieillard qui a reçu cette parole est placé devant ce que l'Ecole de Palo Alto, fondée par Gregory Bateson au début des années 1950 et dont est issue la thérapie systémique, appelle une *double contrainte*. Soit il obéit à la parole d'abba Sisoès et vénère les idoles. Mais il est alors un idolâtre et renie l'œuvre monastique dans laquelle il est engagé. Soit il n'obéit pas à la parole d'abba Sisoès et transgresse une des règles fondamentales de la vie des moines au désert: l'obéissance à la parole reçue de son père spirituel. Cette parole met le système de pensée du moine en crise. Elle le met dans un état de perplexité. Elle constitue une *injonction paradoxale*, mettant en œuvre le langage paradoxal et la prescription du symptôme¹⁷ ce que Watzlawick. Son objectif est de mettre en faillite les cadres de pensée du moine pour provoquer une transformation fondamentale. La technique utilisée présente de nombreux points communs avec celle utilisée dans la tradition zen rinzai lorsque le maître (le *roshi*) propose au disciple qui le consulte une énigme (*koan*) à résoudre¹⁸. La logique élémentaire qui permet de résoudre les problèmes de tous les jours est soudain inefficace pour résoudre l'énigme.

Que vise abba Sisoès ? Le vieillard l'apprend un an plus tard lorsqu'il retourne chez lui. Il vise la prise de conscience par le vieillard que la vie solitaire au désert comporte le risque de s'admirer soi-même, de s'idolâtrer soi-même sans s'en rendre compte. Abba Sisoès semble avoir perçu ce danger chez son interlocuteur. Il est intéressant de noter comment procède dès lors son intervention. Il aurait pu simplement dire à celui qui lui demandait une parole: «attention à la vanité, à l'orgueil, ton narcissisme menace de te détourner de Dieu». Tel est de fait le contenu implicite de sa déclaration. Pourquoi ne se contente-t-il pas de dire les choses ainsi? procéder ainsi équivaut à attaquer le problème de front. Or, tout clinicien averti sait que les affirmations frontales risquent de rester sans effet parce qu'elles déclenchent des *mécanismes de défense*. Si le frère n'est pas conscient qu'il porte en lui une représentation de soi trop grandiose, la simple affirmation qu'il s'idolâtre lui-même a de fortes chances de déboucher sur un sentiment d'incompréhension. Le frère risque de s'en aller en se disant: «je venais pour recevoir un encouragement de mon père spirituel et la seule chose qu'il me dit est un jugement sévère sur ma vie monastique ; mon père ne me comprend pas». A l'inverse, si le frère est conscient du problème qu'abba Sisoès évoque, la mise en lumière si brutale de sa difficulté risque de le faire sombrer dans le désespoir. Abba Sisoès emploie donc un chemin indirect qui permet au frère de s'approcher au rythme qui lui convient d'une vision plus juste sur soi-même. Au bout d'un an, le frère est prêt à recevoir des précisions sur la parole reçue. Et là encore, abba Sisoès procède de manière indirecte. Il

¹⁷ Cf. entre autres Watzlawick.

¹⁸ Voir par exemple la collection qu'en établit Mumon Ekai (1183-1260) et qui sera connue sous le nom de *Mumon-Kan* (cf. Imoto 1997).

ne dit pas directement au frère qu'il se prend pour une idole mais il lui propose de comparer la relation qu'il a avec lui-même avec celle qu'il entretient avec les idoles. Après un an de rumination de la parole reçue, il a eu le temps d'éprouver combien il a en abomination les idoles, combien l'idée de les vénérer lui est insupportable. Eh bien, maintenant, abba Sisoès lui propose de transposer ce sentiment d'abomination sur lui-même. Cela lui est-il facile ou va-t-il prendre conscience qu'il est au contraire plein d'amour-propre ? L'effet thérapeutique d'une injonction paradoxale n'est pas garantie et le récit ne raconte pas si la transformation escomptée par abba Sisoès s'est effectivement produite chez le vieillard qui l'avait consulté. Cependant, on peut en déduire le succès thérapeutique par le fait que l'histoire est arrivée jusqu'à nous. Si la parole d'abba Sisoès était restée sans effet, celui qui l'avait reçue n'aurait pas pris la peine d'en transmettre la mémoire.

Conclusion

A travers l'examen de quatre apophtegmes, nous avons tenté de mettre en évidence quelques aspects des procédés thérapeutiques employés par les pères du désert. Affirmer le caractère thérapeutique de la paternité spirituelle exercée dans les déserts de Syrie, Palestine et d'Égypte par des solitaires chrétiens n'est pas une nouveauté. Dans un ouvrage qui constitue une somme et qu'il a justement intitulé *Thérapeutique des maladies spirituelles*, Jean-Claude Larchet se réfère abondamment à cette tradition. Son propos consiste essentiellement à en faire une lecture spirituelle dans la perspective de l'accompagnement de l'être humain pécheur en quête du salut. Plus modestement, nous avons cherché à mettre en évidence quelques similitudes entre la pratique des pères du désert et celle de psychothérapeutes d'aujourd'hui. A l'opposé de toute prétention à l'équivalence entre la paternité spirituelle et une psychothérapie, il s'agissait seulement de montrer que les pères du désert avaient une très fine connaissance de l'âme humaine et que l'efficacité de leurs interventions reposait sur des procédés dont on trouve des équivalents dans le répertoire des approches psychothérapeutiques contemporaines. En ce sens, être attentif à la justesse psychologique de sa propre action est constitutif d'une démarche d'accompagnement spirituel digne de ce nom. Le savoir-faire (et le savoir-être!) de l'accompagnateur ou du père spirituel ne sont pas étrangers à ce que peuvent décrire différentes approches psychothérapeutiques d'aujourd'hui.

Bibliographie

- Bateson, Gregory, *Vers une écologie de l'esprit (tome 2)*, Paris, Seuil, 2008.
 Brandt, Pierre-Yves, «Accompagnement spirituel, psychologique et pastoral: similitudes et différences», *Communion* (Revue de la Communauté des Diaconesses de Reuilly), été 2004, n°173, pp. 10-27.

- Catalan, Jean-François, *Expérience spirituelle et psychologie*, Paris, Desclée de Brouwer, 1991.
- Freud Sigmund, *La technique psychanalytique*, Paris, PUF, 1981.
- Freud, Sigmund (1980). *Totem et tabou : interprétation par la psychanalyse de la vie sociale des peuples primitifs*. Paris, Payot, 1980 (original 1913).
- Hell, Daniel, *Die Sprache der Seele verstehen : die Wüstenväter als Therapeuten*, Freiburg i. B., Herder, 2010³.
- Hubbeling, Hubertus G., «Some remarks on the concept of person in western philosophy», in: Hans G. Kippenberg, Yme B. Kuiper, & Andy F. Sanders (eds), *Concepts of person in religion and thought*, Berlin; New York: de Gruyter, 1990, p. 9-24.
- Imoto, Chosuke, *Mumon-Kan (Zen Barrier Without a Gate)*, Shimonoseki (Japan), Akine Minami-Machi, 1997.
- Janet, Pierre, *Névroses et idées fixes*, Paris, Alcan, 1898.
- Janet, Pierre, *La médecine psychologique*, Paris, Flammarion, 1923. Ouvrage téléchargeable : http://classiques.uqac.ca/classiques/janet_pierre/medecine_psychologique/medecine_psy.html.
- Koenig Harold, Huguélet Philippe (eds.) *Religion and spirituality in psychiatry*, New York, Cambridge University Press, 2009.
- Larchet, Jean-Claude, *Thérapeutique des maladies spirituelles : une introduction à la tradition ascétique de l'Eglise orthodoxe*, Paris, Cerf, 1997³.
- Les apophtegmes des pères : collection systématique. Chapitres I-IX* (Sources chrétiennes 387), Paris, Cerf, 1993.
- Les apophtegmes des pères: collection systématique. Chapitres X-XVI* (Sources chrétiennes 474), Paris, Cerf, 2003.
- MacIntyre, Alasdair, *Après la vertu: étude de théorie morale*, Paris: PUF, 1997 (original anglais 1981).
- Peseschkian, Nossrat, *Der Kaufmann und der Papagei. Orientalische Geschichten in der Psychotherapie*. Frankfurt am Main, S. Fischer, 2009³⁰ (original 1979).
- Ricœur, Paul, *Soi-même comme un autre*, Paris: Seuil, 1990.
- Ricœur, Paul, *Temps et récit*, Paris: Seuil, 1983-1985 (3 volumes).
- Watzlawick, Paul, *Le langage du changement. Éléments de communication thérapeutique*, 1978, trad. Seuil 1980
- Williams, Rowan, *Silence and hony cakes: the wisdom of the desert*, Oxford, Lion, 2003.