

CARL ROGERS LEGS ET DEFI

Conférence donnée à Paris, le 17 novembre 1990, à l'occasion du cinquantième anniversaire de la naissance de la Psychothérapie Centrée sur le Client par BRIAN THORNE.
Director of Student Counselling - University of East Anglia, et Membre Associé du Norwich Centre for Personal and Professional Development.

OPINION PERSONNELLE D'UN PROPHETE MALGRES LUI

Le plus personnel est aussi le plus universel. Avec cette assertion Carl Rogers nous a communiqué l'une de ses plus puissantes perceptions. C'est elle qui me donne la hardiesse de me mettre à explorer, dans cette conférence, ce dont je suis redevable à Carl Rogers et à la Thérapie Centrée sur le Client (ou centrée sur la personne) dont nous célébrons le cinquantième anniversaire en ce moment même. La notion d'être redevable suggérerait, toutefois, un état statique et quelque peu passif alors que dans ma propre vie je perçois actuellement comme une agitation intérieure qui n'est pas sans lien avec mon activité professionnelle. Après plus de vingt ans passés comme praticien centré sur la personne je suis arrivé à un stade où je ressens de plus en plus le besoin de me pencher à nouveau sur les limites de la théorie et de la pratique de cette approche et de considérer les défis qu'elle nous lance dans les années à venir. Ce rôle de prophète, c'est sans grand enthousiasme que je l'assume car les prophètes sont rarement bien reçus chez eux et encore moins, je le crains, dans le pays où ils exercent leur profession. J'ai bien peur que certains de mes amis et de mes collègues du monde de l'approche centrée sur la personne n'acceptent qu'avec peu de mansuétude ce que j'ai à dire et c'est pourquoi je désire annoncer clairement dès maintenant que je ne me pose pas en porte-parole représentatif de la tradition centrée sur le client. Ce qui suit ne représente que les réflexions d'un thérapeute centré sur la personne qui a passé la plus grande partie de sa vie professionnelle dans une ville de province de l'est de l'Angleterre.

UN LEGS EXTRAORDINAIRE

Dans la première phrase de leur introduction au "Carl Rogers Reader" paru en 1989 (en français on dirait : "morceaux choisis de Carl Rogers") Howard Kirschenbaum et Valérie Henderson déclarent catégoriquement que "Carl Ransom Rogers fut le psychologue le plus influent de l'histoire américaine". Je crois que la plupart des gens seront de cet avis; les arguments à l'appui de cette déclaration ne manquent pas. Pendant cinquante-neuf ans Carl fut un homme professionnellement actif, scrupuleusement consciencieux et prodigieusement productif. Il est difficile de dire en peu de mots tout ce qu'il a pu accomplir dans sa vie. Son œuvre ne se résume pas à la création d'une nouvelle approche psychothérapeutique. C'est une œuvre de pionnier au compte de laquelle s'inscrivent l'enregistrement et la publication in extenso d'un certain nombre de thérapies; la recherche dans le domaine de la psychothérapie et du conseil : jamais, auparavant, recherche plus scientifique n'avait été entreprise dans ce secteur que celle qu'il effectua lui-même ou qu'il encouragea ; le développement de

l'expérience du groupe intensif thérapeutique, plus connu sous le nom de groupe de rencontre; l'application des principes de la thérapie à la spécificité de la plupart des professions de la relation d'aide et l'adaptation des découvertes qu'il fit dans son cabinet à la résolution de tensions inter-groupes ou de conflits internationaux. Cette activité étonnante fut accompagnée d'une écriture prolifique : Carl n'écrivit pas moins de seize livres et plus de deux cents articles professionnels, protocoles de recherche ou autres études. L'homme fut un géant et son legs est impressionnant.

CONFIRMATION DE CE QUE JE SAVAIS DÉJÀ

Après la lecture d'un tel catalogue il pourrait paraître déplacé de me demander, comme cela m'arrive parfois, si Carl Rogers m'a vraiment enseigné quoi que ce soit que je ne susse déjà. Et pourtant, tandis que je médite sur cette réflexion apparemment ingrate et quelque peu arrogante, j'ai comme l'impression qu'elle aurait amusé Carl. Après tout, lui-même n'a-t-il pas affirmé que le meilleur des facilitateurs était celui qui laissait croire aux autres que c'étaient eux qui avaient fait tout le travail. En ce qui me concerne, Carl eut plus que d'influence: son enseignement m'a donné le courage de découvrir ce que je savais déjà et de le savoir pleinement pour la première fois. Il a doté d'autorité ma propre expérience et il m'a fourni les concepts et les mots pour exprimer avec clarté ce qu'auparavant je n'avais qu'obscurément ressenti et confusément essayé de mettre en pratique.

Lorsqu'en 1967 je commençai ma formation de thérapeute centré sur le client j'eus comme l'impression de rentrer chez moi. Par exemple ce fut immensément libérateur de voir que Carl faisait confiance à l'organisme humain et qu'il tenait en grand respect le fait que l'individu soit capable, dans certaines conditions, de découvrir ses propres ressources pour affronter les défis de la vie. Instinctivement j'avais toujours partagé cette conviction et je m'y étais accroché en dépit de certaines théories religieuses ou philosophiques qui reflétaient souvent une évaluation différente de la nature humaine. C'était comme si Carl avait validé mon idéalisme entêté en dotant de crédibilité, par son expérience laborieuse de thérapeute et de chercheur, ma manière apparemment trop optimiste d'appréhender le potentiel humain. Ce n'est pas que je cherchais à m'aligner sur les découvertes du grand homme j'étais plutôt comme tiré de mon hibernation, investi d'une nouvelle respectabilité. En d'autres termes je pourrais dire que Carl m'a permis de sentir que je n'étais pas totalement dépourvu de sagesse et que, contrairement à ce que j'avais souvent redouté, je ne m'abusais pas trop moi-même. Et ceci fit grand bien à mon estime personnelle.

Lorsque le parvins à comprendre les attitudes qui sont au cœur de l'approche centrée sur la personne, à savoir l'acceptation, l'empathie et la congruence - j'eus encore le même sentiment de pénétrer en terrain connu. J'en fus étonné et ravi. Et ceci s'est passé au moment où j'étais déprimé par la mort de ma mère et aussi par le suicide d'une élève de terminale pour laquelle j'avais beaucoup d'affection.

Dans ma situation ma capacité pour comprendre le monde intérieur de l'autre était plus une plaie qu'une bénédiction et il me semble avoir frôlé de très près l'idée d'abandonner une manière d'être qui me rendait vulnérable au-delà du supportable. Je suppose que les conditions essentielles, telles que Carl les a exprimées, ont eu pour effet et de clarifier la manière dont je voulais être avec les autres et de m'aider à me libérer de cette sensation d'isolement qui menaçait de me conduire vers une sorte de masochisme thérapeutique. Depuis cette époque j'ai rencontré bien des gens, de la profession et d'ailleurs, qui doivent à Carl d'avoir été

rassurés sur le fait qu'il n'est point téméraire de vouloir accepter les autres ou de chercher à les comprendre tout en étant honnête aussi bien envers eux qu'envers soi-même. Ce qui plus est, l'œuvre de Carl me laissait entendre que d'adopter cette manière d'être ne conduisait pas nécessairement au martyre émotionnel.

L'AMOUR QUI LEGITME

Voici quelques vingt ans, en 1969, le sociologue britannique, Paul Halmos écrivit un livre provocateur intitulé The Faith of the Counsellors (en français on traduirait peut-être par "La foi des Conseillers" si tant est que le terme conseiller recueille tous les suffrages). Selon le thème principal de ce livre les professionnels du travail social et de la thérapie auraient élaboré des théories complexes de la personnalité et des interactions humaines pour qu'aimer leurs clients et en être aimés deviennent choses respectables, légitimes et faisables. En ce qui me concerne l'impact initial de l'œuvre de Carl fut de rendre lumineuse la vérité de la proposition de Halmos. En effet, je crois que j'étais arrivé au point où le simple fait de me demander ce qu'aimer un autre être humain pouvait bien signifier provoquait en moi un sentiment de confusion pénible; de plus, lorsque je m'y essayais, j'avais souvent l'impression d'être naïf et d'outrepasser de sacro-saintes limites. Ma confusion s'évapora tandis que je dévorais les paroles de Carl dans "Le Développement de la Personne" ou dans "La Thérapie Centrée sur le Client". J'ai compris sur le champ que d'offrir aux clients cette sorte de relation, caractérisée par les trois attitudes au cœur de sa théorie, c'était, en fait, les aimer. En résumé, Carl a validé mes efforts du début, les a éclairés et orientés délicatement, avec autorité et sans un brin de sentimentalité. Du coup je me suis rendu compte que pour assumer ma responsabilité professionnelle il me fallait être moi-même avec confiance. Et ma vie en fut transformée.

MIRACLES SANS TAMBOURS NI TROMPETTES

Si je devais résumer en une phrase le legs que Carl Rogers fit à l'humanité je dirai ceci il donna à quantité de gens de par le monde la possibilité d'être eux-mêmes avec confiance. Au fil des années la thérapie centrée sur le client a permis à des milliers d'êtres humains de comprendre que c'est à partir du moment où ils commencent à avoir confiance en eux, qu'ils se découvrent sains et non fous, aimables et non méprisables. Ce processus de transformation est si simplement formulé qu'on pourrait oublier que nous parlons de quelque chose qui, dans les temps anciens, aurait peut-être reçu le nom de miracle. Et c'est pourquoi j'aimerais ajouter de l'intensité à ma proposition précédente en disant que le legs de Carl Rogers fut de donner à quantité de gens de par le monde la possibilité d'être eux-mêmes avec confiance. Par sa vie et par son œuvre Carl jeta la lumière sur une certaine manière d'être en relation avec les autres qui permet l'occurrence de miracles.

Le miracle, comme j'en ai fait l'expérience, revêt de multiples facettes. De toute évidence, il concerne le client. Il est classique, en effet, que la personne qui demande de l'aide se dénigre, se mésestime, qu'elle ait honte et peu de confiance en sa capacité relationnelle. Si la thérapie centrée sur le client se déroule bien il est très probable qu'à un moment donné (dans des semaines, des mois, voire des années) cette même personne sera largement en mesure de s'accepter, de porter sur elle-même une opinion positive et d'entrer, sans crainte, en relation avec les autres. Il est également probable que ses sentiments de culpabilité et de honte auront fortement diminués. Or, il m'arrive de penser que nous, les thérapeutes centrés sur le

client, nous sommes tellement habitués à ce processus que nous risquons de prendre le miracle pour un fait acquis. Nous cessons d'être frappés par le caractère mystérieusement respectable des relations dans lesquelles nous sommes impliqués jour après jour, semaine après semaine. Et pourtant il est clair que nous sommes une partie essentielle de ce miracle. C'est par notre manière d'être avec le client que nous apportons une contribution considérable au processus de transformation à travers lequel il passe. En d'autres termes nous sommes des agents (et, peut-être dans bien des cas l'agent primordial) d'un mouvement interne chez l'autre qui permet le passage de la mi-haine au mi-amour, de la honte et de la culpabilité à l'ouverture d'être, de l'isolation à la relation.

Un tel processus n'est pas sans nous impliquer personnellement car il exige de notre part que nous nous engageons dans un style de vie discipliné qui nous permette de relever le défi constant que nos clients posent à notre capacité de les accepter, de les comprendre avec empathie, ainsi qu'à notre souci d'honnêteté vis à vis d'eux comme à l'égard de nous-mêmes. De toute évidence, nous n'avons pas que des succès et si nous n'y prenons garde nos échecs menaceront de nous miner. Cet "aimer" dont nous suivons la trace n'est pas fait pour les cœurs faibles car il ne repose ni sur l'attraction ni sur la réciprocité immédiates. En outre, et c'est ma propre expérience, plus les années passent plus la tâche devient difficile : les clients semblent plus sévèrement atteints et le passage de la haine à l'amour de soi devient de plus en plus difficile et imprévisible. Si nous perdons courage, si notre travail n'est plus un engagement, si nous cessons de nous imposer la discipline qu'il requiert alors il y a danger que nous devenions inefficaces, voire même dangereux pour nos clients. Par contre, si nous reconnaissons que nous avons une position centrale dans l'occurrence des miracles, c'est alors que nous nous sentirons concernés par le souci de savoir comment continuer dans une profession où l'expérience, contrairement à ce qui se passe pour la plupart des tâches humaines, semble accroître la difficulté de notre travail en le rendant plus complexe et plus exigeant.

NOUVEAU TERRAIN

Dans un article paru en 1986, l'année avant sa mort, Carl nous a donné, je crois, un commencement de réponse à ce dilemme. Il y disait que ses conceptions s'étaient élargies pour déboucher sur une aire nouvelle qui, pour l'heure, ne pouvait être l'objet d'une étude empirique. Et d'ajouter : "Quand je suis au mieux de ma forme en tant que facilitateur ou thérapeute, je découvre une autre caractéristique. Quand je touche profondément à mon moi intérieur intuitif, quand je suis d'une certaine manière en contact avec l'inconnu qui est en moi, quand je suis peut-être dans un état de conscience légèrement modifié, eh! bien, quoi que je fasse, ce que je fais semble être puissamment curatif. Ma seule présence semble, alors, apaisante et aidante pour l'autre. Je ne peux pas provoquer cette expérience, mais lorsque je me détends et que je touche au cœur de la transcendance qui est en moi, c'est alors que, dans la relation, je peux me comporter d'une manière étrange et impulsive que je ne peux pas justifier rationnellement, qui n'a rien à voir avec les processus de ma pensée. Mais d'une manière bizarre, ces comportements étranges se trouvent être, il semble que mon esprit intérieur se soit penché sur l'esprit intérieur de l'autre et qu'il l'ait touché. Notre relation est transcendée et devient une partie de quelque chose de plus large. Croissance, puissance de guérison et énergie profonde sont présentes".

En lisant ces mots pour la première fois j'eus à nouveau l'impression de faire connaissance avec quelque chose que je connaissais déjà. A ce moment précis, en effet, et non sans émotion, je pris conscience que l'année précédente j'avais moi-même écrit en des

termes, somme toute assez proches, un court essai intitulé "La Qualité de la Tendresse". Carl avait observé qu'une quatrième caractéristique intervenait dans la relation-facteur de croissance. Il l'a appelée "présence". Quant à moi, j'étais devenu de plus en plus conscient de l'existence d'une certaine manière d'être en relation; j'ai choisi de l'appeler tendresse. En relisant ce que j'ai écrit en 1985 je suis arrivé à la conclusion que nous parlions de la même chose.

Intérieurement, je ressens une augmentation de ma capacité de perception, et cela peut m'arriver même si je suis épuisé à la fin d'une journée harassante. Je me sens tellement en contact avec moi-même que je n'ai pas d'effort à faire pour penser à ce que je sens et à le reconnaître. C'est comme si l'énergie était en train de couler à travers moi et que tout simplement je lui permettais de circuler gratuitement. Je ressens comme un état de vibration physique dont, souvent, l'une des composantes est d'ordre sexuel et provoque une excitation au niveau des mes organes génitaux. Je me sens puissant et pourtant presque hors contexte. L'image de mon client est plus nette, elle se détache vraiment du décor avoisinant. Lorsqu'il (ou elle) parle, les mots lui appartiennent de manière unique. Et c'est cette unicité que renforcent encore les mouvements physiques. C'est comme si, l'espace d'un instant, si bref fut-il, deux êtres humains étaient pleinement vivants tout simplement parce qu'ils se sont donnés à eux-mêmes, et l'un à l'autre, la *permission* de prendre le risque d'être pleinement vivants. A ce moment-là, je n'hésite pas à dire que mon client et moi-même sommes pris dans un courant d'amour à l'intérieur duquel la compréhension est aisée et intuitive....Il y a toujours une sensation de bien être; il est bon d'être en vie bien que les problèmes ou les difficultés auxquelles le client est confronté demeurent apparemment inchangées et difficiles à résoudre. La vie est bonne, la vie est impossible mais que vive la vie!

Sur un certain nombre de points importants le parallélisme entre ces deux descriptions est frappant. Notons d'abord que dans les deux cas on est en présence, chez le thérapeute, d'un niveau de conscience élevé, d'une augmentation de la capacité de perception", d'un "état de conscience largement modifié d'un "contact avec l'inconnu". Puis vient la sensation que le thérapeute réagit à la partie intuitive de son être plutôt qu'à son côté fortement rationnel et qu'en conséquence il se trouve doté d'une compréhension nouvelle et souvent complexe. En troisième lieu, il s'agit d'une expérience relationnelle puissante, nouvelle et plus profonde : Carl parle d'esprit intérieur se penchant sur "l'esprit intérieur", alors que je parle de "deux personnes" qui se donnent elles-mêmes la permission de prendre le risque d'être pleinement vivantes". Quatrièmement on trouve dans les deux descriptions l'expérience du transcendant, à savoir que deux être se rejoignent dans un quelque chose qui les dépasse. Carl déclare explicitement : "Notre relation est transcendée et devient une partie de quelque chose de plus large", tandis que je dis: "Nous sommes pris dans un courant d'amour". Finalement dans cet état de transcendance il y a comme une sensation envahissante d'énergie, de bien-être et de guérison.

Quelques lignes plus loin, après avoir réfléchi sur une expérience qu'il avait tenté de décrire, Carl ajoute : "pour moi ce récit appartient à l'ordre du mystique. Il est clair que nos expériences comprennent le transcendant, l'indescriptible, le spirituel. Je dois reconnaître que, moi comme beaucoup d'autres, j'ai sous estimé l'importance de la dimension mystique et spirituelle". En ce qui me concerne, j'ai la conviction, nourrie par l'expérience, qu'il est nécessaire que ceux d'entre-nous, qui ont le souci que perdurent la vitalité et le développement de la tradition centrée sur le client considèrent les paroles de Carl avec le plus grand sérieux. Pour résumer, je poserai la question de la manière suivante si nous nous mettions à reconnaître et même à augmenter l'importance de la dimension mystique et

spirituelle, et si nous considérons ensuite les implications qu'une telle importance aurait pour notre travail, qu'est-ce que cela voudrait dire au bout du compte?

MEFIANCE ENVERS LE SPIRITUEL

Avant d'essayer de répondre à cette question il est important de souligner que Carl n'a pas vécu assez longtemps pour poursuivre l'exploration de ce nouveau terrain. En conclusion de l'article cité plus haut, il rapporte l'entretien qu'il eut avec Jan, l'un de ses clients, au cours duquel il prit un plaisir évident à rester dans ces réponses qu'il appelle "intuitives". Et il est ravi d'avoir pu enregistrer pour la première fois l'une de ces réponses. Cependant, là s'arrête le débat sur la dimension mystique et spirituelle. Par la suite il ne sera plus fait allusion au transcendant. Qui plus est, cette "nouvelle caractéristique" de la relation thérapeutique n'apparaît pas dans son dernier exposé sur la "Client-Centered Psychotherapy" (en français La Psychothérapie centrée sur le client", exposé non traduit, que je sache) qu'il écrivit avec Ruth Sanford et qui fut publié en 1988, l'année après sa mort. Etant donné qu'il s'agissait d'un chapitre qui devait figurer dans un manuel de psychiatrie générale, il est possible que Carl ait jugé inopportun ou prématuré de donner un poids à un élément qui ne pouvait encore faire l'objet d'une étude empirique. Savants et chercheurs auraient pu s'élever contre l'introduction d'un matériau si ouvertement <spirituel>. Mais il y a une autre explication qui, je l'espère, n'est pas fondée. Il se pourrait que Carl ait ressenti qu'il s'était aventuré dans des eaux dangereuses et qu'il était insensé de risquer sa réputation en allant plus loin dans l'exploration d'idées aussi controversées. De telles craintes pourraient trouver leur justification dans un article de Harry van Belle du Redeemer College de l'Ontario au Canada, paru cette année. Van Belle est littéralement mal à l'aise avec le récent cheminement de Carl sur la vie du mysticisme, même si, à son avis, bien des écrits plus anciens en portaient déjà les prémises. C'est d'une manière désespérée qu'il dit: "A l'évidence, (dans ces écrits plus anciens) Carl donne déjà une préférence à l'attitude plutôt qu'à la technique, à l'être et au devenir plutôt qu'au *faire*. Cette préférence est totalement explicitée par ses dernières publications. En passant d'une manière de faire à une manière d'être il se peut bien que Rogers ait dépassé les limites de la pensée thérapeutique pour nous donner, à la place, une philosophie de vie, une conception du monde ou encore une religion". Un peu plus loin van Belle ne peut plus se contenir et déclare : "Personnellement je trouve que cette récente conception de Rogers est ésotérique et d'un autre monde. Je me demande si, en essence, elle diffère vraiment des idées fondamentalistes et hors des contingences de ce monde qui étaient celles de ses parents et qu'il a abandonnés dans sa jeunesse".

Van Belle, au moins, est honnête et il dit clairement ce, qu'à mon avis, bien d'autres praticiens centrés sur la personne pensent tout bas à défaut de l'exprimer ouvertement. Pour ceux-ci, comme pour van Belle, le travail de pionnier de Carl incarne un profond respect pour les personnes en tant qu'individus et le développement de leur identité unique. Le glissement vers une dimension transcendantal semble mettre en danger cette validation de l'individu. Il a des relents "d'universalisme mystique" et fait craindre une conception de la réalité où l'individu ne compterait que pour très peu et ne serait qu'une partie insignifiante d'un tout plus grand. Son odeur nettement religieuse n'est pas sans engendrer de l'anxiété dans le cœur de ceux qui ayant souffert de l'impact cuisant de certains credo dogmatiques ou d'une certaine rigidité doctrinale les ont fui. En tout dernier lieu il suggère qu'à la fin de sa vie Carl ait pu trahir la "troisième force" de la psychologie humaniste et ne se soit aligné, en esprit, sur la quatrième force de la psychologie transpersonnelle. Pour ceux des praticiens qui ont consacré toutes leurs énergies à l'accompagnement fidèle de leur client, à la création d'un climat

favorable à la croissance de l'individu et à la compréhension et la validation de la réalité subjective, une telle invitation à entrer dans la danse cosmique ne peut être appréhendée qu'avec suspicion; elle peut même être alarmante.

IMPLICATIONS POUR LA PRATIQUE THERAPEUTIQUE

D'un Point de vue plus pragmatique la notion de réalité transcendante crée ce que nous pourrions appeler des difficulté d'ordre opérationnel. En effet, si un thérapeute centré sur le client décidait de prendre au sérieux la thèse de Carl qui veut que le praticien attache de l'importance à la dimension mystique et spirituelle, quelles en seraient les implications pour sa pratique thérapeutique ? Qu'est-ce que cela pourrait signifier créer un climat relationnel qui serait caractérisé non seulement par les qualités d'acceptation, d'empathie et de congruence mais aussi par celle de présence ? Ma conviction personnelle est que les considérations de Carl sur la dimension spirituelle ne constituent pas une déviation de son travail antérieur mais qu'elles en sont le couronnement. Il m'incombe donc de traiter de ce sujet. Je crois, en effet, que l'avenir de la thérapie centrée sur le client dépendra profondément du fait que ce problème aura été sérieusement étudié ou qu'il aura été éludé.

QU'EST-CE QU'UN INDIVIDU

Deux des critiques les plus courantes portées à l'encontre de la tradition centrée sur le client ont rapport à l'inflation de l'ego. On entend souvent dire que l'importance attribuée à la valeur unique de l'individu et de sa réalité subjective peut conduire le client à se désintéresser des besoins d'autrui et à faire de l'égoïsme la relique sacrée d'une philosophie de vie. D'un point de vue différent, mais assez proche, d'autres font remarquer que la thérapie centrée sur le client est issue des valeurs de la classe moyenne du Middlewest qui encourageaient l'individualisme autosuffisant; de ce fait elle s'adapterait mal à des cultures pour lesquelles l'idée de personne est essentiellement liée à celle de société élargie, humaine et non-humaine. Cette thèse a été développée avec vigueur dans un récent article de Len Holdstock (1990) qui fait remarquer, par exemple, que la culture africaine noire est bien connue pour l'importance qu'elle donne à l'idée de groupe et à l'interdépendance. Dans une telle culture la notion que le lieu de contrôle (locus of control) réside dans la personne même conduit à une notion bien plus complexe qui s'exprime ainsi: l'individu ne peut trouver de véritable identité que dans la mesure où il participe aux relations interpersonnelles du monde qui l'entoure et au reste de l'ordre créer. Holdstock n'hésite pas à affirmer que ce type de compréhension "touche au spirituel" et il se rallie au concept de "l'individualisme ensemblé", néologisme crée par Sampson pour dire que l'individualisme est défini par ce qui le rend participant à ce qui l'entoure et non par ce qui l'en sépare.

Je crois qu'il est possible de considérer le travail de Carl avec des groupes de rencontre, des communauté interculturelles ainsi que dans le mouvement pour la paix comme sa découverte graduelle de la magnanimité des êtres humains lorsque ceux-ci sont vraiment en lien les uns avec les autres et qu'ils s'accomplissent dans la participation à un tout plus grand qui met en valeur leur unicité plutôt qu'elle ne la nie. A celles de ces critiques qui l'accusaient d'encourager et de promouvoir l'égoïsme et la centration sur soi en validant avec vigueur l'expérience individuelle, il a nettement mis en évidence grâce à ces groupes, la nature essentiellement sociale des hommes et des femmes qui sont vraiment entendus et reconnus. Il semblerait aussi que c'est à travers sa propre participation à des groupes que Carl prit

connaissance des niveaux plus profonds de son être et que, ce faisant, il devint de plus en plus ouvert dans sa réponse aux autres. A l'issue de bien des groupes de rencontres ou autres ateliers interculturels il aurait certainement pu souscrire à ce dicton africain que cite Holdstock: "Je suis parce que nous sommes. Nous sommes parce que je suis".

LA TRERAPIE CENTREE SUR LE CLIENT ET LA DIMENSION SPIRITUELLE

Cette digression sur "l'individualisme ensemblé" n'est pas une diversion au problème du thérapeute centré sur le client et la dimension spirituelle. Au contraire elle va droit au cœur de la question car elle renvoie le thérapeute à sa propre compréhension et à celle de son client, avec toutes les incidences profondes que cela peut avoir sur l'entreprise thérapeutique. Brièvement cela signifie que ni le client ni le thérapeute ne peuvent accéder à leur identité, ni la revêtir en s'isolant l'un de l'autre et de l'ordre crée dont ils sont chacun une partie. La relation thérapeutique devient ainsi une entreprise dans laquelle plus les participants sont capables d'être présents l'un à l'autre plus ils sont confirmé dans leur "individualisme ensemblé" et dans leur appartenance mutuelle à un ordre transcendant. Dans la relation thérapeutique ainsi conceptualisée il est évident que beaucoup repose sur la capacité du thérapeute d'être présent à son client. Revenons maintenant à la question elle-même qu'est-ce que cela voudrait dire en pratique que de cultiver la quatrième caractéristique de la relation thérapeutique telle que Carl l'a décrite?

Malgré les apparences je ne crois pas que ma réponse nous ramènera à la case de départ. Il s'agit plutôt d'une proposition dont les implications pour le futur de la tradition centrée sur le client sont profondes. Car pour le thérapeute qui désire cultiver la présence il lui suffit, avant tout, de considérer comme souveraine la manière d'être, unique, de son client et de lui faire confiance, puis d'offrir à son client une relation faite d'acceptation, d'empathie et de congruence. Carl n'avait pas planifié de façon consciente et délibérée de donner sa présence à ses clients pas plus que je ne m'essaye à réaliser ce que, dans ma propre terminologie, j'ai fini par appeler tendresse. Cette quatrième qualité, quelque que soit la manière dont on la définit, est la résultante de la confiance du thérapeute dans la tendance actualisante et de son engagement à offrir au client les conditions qui sont au cœur de cette approche thérapeutique. Et c'est cela qui transforme radicalement c'est comme l'éclosion soudaine d'une fleur qui, jusqu'alors, n'avait dévoilé que des prémices infimes de sa splendeur. Je ne pense pas qu'on puisse forcer cette émergence et pourtant j'ai la sensation que plus je suis congruent plus il est probable que cette transformation verra jour. Et, à preuve du contraire, cela veut dire que le futur de l'approche centrée sur le client ne dépend, ni du développement de nouvelles théories ou de nouveaux savoir-faire centrés sur le client, ni de l'intégration de techniques ou d'éclairages puisés dans différentes traditions. Le futur est entre les mains mêmes des thérapeutes centrés sur le client et repose sur leur capacité d'être congruents d'une manière qui ouvre sur la plénitude de l'être, sur cet espace où le langage est inadéquat et que nous ne pouvons désigner que par les mots de mystique, spirituel, transcendant. C'est finalement pourquoi je voudrais considérer attentivement ce que cela signifierait pour les thérapeutes centrés sur le client que d'être plus transparents à leurs clients, plus ouverts aux sentiments qui les parcourent, à leurs attitudes intérieures au moment de la relation.

CONGRUENCE

Dans sa présentation finale de la thérapie centrée sur le client à laquelle il a été fait référence plus haut, Carl ne mentionne peut-être pas le transcendant, mais il parle sans ambiguïté de la congruence : "il s'agit de la plus fondamentale des conditions attitudinelles¹ qui permettent la croissance thérapeutique, dit-il. Et de poursuivre en décrivant la congruence "comme une condition dans laquelle le thérapeute a clairement connaissance de ce qu'il ressent au niveau expérientiel et viscéral, ressenti qu'il peut communiquer au client s'il le juge opportun". Un peu plus loin il admet que de réaliser cette condition n'est certes, pas chose aisée. Etre réel cela signifie avoir connaissance par le menu du courant de l'expérencing² qui se déroule à l'intérieur, courant tout à la fois complexe et continu". De ce qui précède il est évident que pour parvenir à une congruence maximale le thérapeute devra sans crainte se confronter à son propre monde intérieur même si de pénibles remous l'attendent ou si des pensées ou sentiments fortement négatifs affleurent à sa conscience il ne se coupera pas de ses sensations. Il convient, en effet, d'accueillir ces occasions importantes qui fournissent la substance d'une rencontre personnelle directe. Car, dans ces occasions, le fait que le thérapeute ose être réel revêt une puissance nouvelle qui, d'un seul coup, peut éliminer des barrières et instaurer un nouveau niveau d'intimité. Ceci ne veut pas dire que le thérapeute impose au client le fardeau de tous ses problèmes et sentiments. En revanche, cela signifie que le thérapeute est prêt à affronter la complexité de son être en sachant que cet affrontement est vital pour le bien-être de son client.

ETRE VIEUX ET GRANDIR

J'ai la conviction que pendant les dix dernières années de sa vie Carl a considéré le mystère de son propre être d'une manière qui eut été impensable auparavant. De ceci il nous a donné un aperçu dans certains de ses écrits qui parurent à cette époque. Il y parle de son ouverture grandissante à son être physique et sensuel, au plaisir de toucher, de serrer dans ses bras, d'embrasser. Il décrit avec une grande sincérité les difficultés qui entourèrent la longue maladie de sa femme et les puissants événements d'ordre psychologiques qui survinrent au moment de sa mort à travers lesquels il put s'ouvrir à la possibilité d'une continuation de l'esprit humain individuel. En 1980 il dit reconnaître de plus en plus sa capacité d'aimer de même que sa propre sexualité et il ajoute qu'il est heureux d'avoir pu établir des relations qui offrirent à ses besoins la possibilité de trouver leur expression. Dans l'un de ses articles, peu avant Sa mort, il parle avec révérence de son implication dans trois des plus importants "points chauds" du monde l'Irlande du Nord, l'Amérique Centrale et l'Amérique du Sud - et il s'émerveille en pensant qu'à travers ses écrits il est en contact personnel avec des centaines de milliers de gens. On a l'impression que sa vie devient de plus en plus aventureuse. Il conclut cet article, écrit pour célébrer son quatre-vingt-cinquième anniversaire, de la manière suivante: "J'espère qu'il est clair que ma vie à quatre-vingt-cinq ans est meilleure que tout ce que j'aurais pu planifier, rêver ou attendre. Et je ne peux pas clore sans au moins mentionner les relations d'amour qui me nourrissent, enrichissent mon être et fortifient ma vie. Je ne sais

¹ Terme créé en français par Augustin Berset dans 'Le maître Eveilleur', p. 47 (Centurion, 1978)

² 'Expérencing' terme intraduisible en français. Dans l'article paru en 1980 dans 'Away from Being' sur l'empathie. Carl dit qu'il s'est aligné sur la définition qu'en fit Gendlin en 1962. F. Roussel nous donne la traduction suivante le mot expérencing dénote toute expérience considérée dans un cadre de pensée formulée en termes de **processus**Processus d'événements concrets en train de se dérouler...ressentis intérieurement. éprouvés corporellement (Gendlin, 1964. Trad. : Une théorie du changement - Ed. Ville-Marie, 1986)

pas quand je mourrai, mais je sais que j'aurai vécu un quatre-vingt-cinquième anniversaire plein et passionnant".

Voici donc l'homme qui découvrit, qu'à certains moments, sa simple présence dans une relation avait de grandes propriétés curatives et que dans ces moments-là, le client et lui-même se mouvaient dans le domaine du transcendant. Ceci est à peine surprenant car il est évident que Carl avait atteint le stade auquel il avait acquis une telle assurance dans la manière dont il s'aimait et dont il avait confiance en lui qu'il n'était plus effrayé par son propre être; ainsi il pouvait avoir "connaissance par le menu du courant de l'experiencing qui se déroule à l'intérieur, courant tout à la fois complexe et Continu".

LA SPIRITUALITE ET LA TACHE QUI NOUS ATTEND

Une fois de plus Carl Rogers me dit, à moi comme à bien d'autres, j'en suis sûr, ce que je savais déjà, il me dit que, malgré mes imperfections, je suis digne de confiance et digne d'être aimé. Il me dit aussi que plus je prendrai le risque d'être pleinement vivant plus je serai un compagnon facteur de transformation pour mes clients et tous ceux dont la vie me touche. En bref, il m'assure qu'être humain c'est être doté de l'esprit de vie et que, non sans paradoxe, c'est jouir d'une unicité de vie qui me relie à mes compagnons être humains, à mes ancêtres et à tout l'ordre créé. En tant que thérapeute centré sur le client, au service de ceux qui recherchent ma compagnie, j'ai le privilège et la responsabilité d'accepter mon être propre et de lui montrer de l'affection. Et je sais que si j'y parviens nous découvrirons ensemble, mes clients et moi-même, que notre spiritualité et notre humanité sont indivisibles.

Dans ce que je viens de dire il n'y a rien de nouveau ou presque, et peut-être ne suis-je pas plus avancé maintenant que lorsque j'ai commencé. Et pourtant j'ai l'impression que ma conviction est à la fois plus ferme et plus neuve. Une fois de plus je me sens confirmé dans ce que je savais et je ressens le sourire de Carl par dessus mon épaule. J'ai peut-être contribué à élargir quelque peu la notion d'individu dans la thérapie centrée sur le client et je regrette de ne pas avoir ouvert la voie à des stratégies nouvelles ou à des modes d'interventions alléchants pour ceux des praticiens centrés sur le client qui sont blasés. Essayer de le faire eût été, je crois, esquiver la question. Tel que je le perçois, le défi que nous aurons à relever dans les années 90 sera celui d'être thérapeutes centrés sur le client dans un monde qui nous presse de reconnaître que nous sommes membres les uns des autres et que notre diversité n'est qu'une manifestation de notre unité essentielle. Ce fait a des implications profondes pour la conservation de notre terre et pour tout ce qui existe au-delà du monde matériel. Dans ce contexte, être congruent signifie que nous perdions la peur de nos propres natures et que nous prenions le risque d'être pleinement vivants. Si nous y réussissons, il me semble que nous ne serons pas surpris de devenir des agents de transformation et de nous retrouver dans une réalité transcendante.

Acceptation, empathie, congruence, comme toujours. Mais la plus grande, la plus difficile, la plus passionnante de ces trois conditions, celle qui nous pose le plus grand défi, c'est bien la congruence.

Traduction française Françoise Ducroux – Biass, 1990