

Prélude

La notion de *thérapeute* est une notion polysémique qui regroupe un nombre croissant de professionnels de santé sous forme d'équipe interdisciplinaire. Ces professions interviennent d'une manière ou d'une autre dans l'administration de soins. Dans ces pratiques, le professionnel exerce ses compétences, son jugement, fournit un service lié au maintien, à l'amélioration de la santé ou au traitement des individus blessés, malades, souffrant d'un handicap ou d'une infirmité. Ces professionnels sont clairement répertoriés, sans ambiguïté quant à leurs compétences et leur domaine d'action. En revanche, la fonction de psychothérapeute l'est beaucoup moins. La législation a tenté de réglementer l'utilisation de ce titre en 2010 en attribuant un numéro ADELI aux personnes justifiant des titres reconnus.¹ Le psychothérapeute est un professionnel formé aux méthodes thérapeutiques ayant pour objectif de soigner les troubles psychiques ou somatiques par le biais d'un travail psychique qui repose essentiellement sur la relation d'écoute et de parole entre un thérapeute et

¹ L'inscription sur le registre des psychothérapeutes est subordonnée à la validation d'une formation en psychopathologie clinique. L'accès à cette formation est réservé aux titulaires d'un diplôme de niveau doctorat donnant le droit d'exercer la médecine en France, d'un diplôme de niveau master dont la spécialité ou la mention est la psychologie ou la psychanalyse. Suivant le cursus et la spécialité, l'obtention du titre peut nécessiter une formation clinique complémentaire et/ou des stages.

un individu ou un groupe d'individus. Avant ces dispositions légales, le sens commun avait du mal à faire la distinction entre *psychiatre*, titulaire d'un doctorat en médecine, *psychologue*, titulaire d'un master en psychologie clinique, et *psychanalyste*, dont la formation et la compétence relèvent de la reconnaissance par ses pairs à la suite d'un cursus défini par eux, dont l'élément essentiel est la cure didactique.

Aujourd'hui, un problème majeur se fait jour. En effet, l'émergence de l'hypnose, retrouvant ses lettres de noblesse, fait naître une multiplicité de formations et de « vocations » de thérapeutes. Le plus grand nombre de ces « nouveaux thérapeutes » sont formés par des non-soignants et ne disposent pas d'une formation indispensable sur le plan clinique et pathologique. Pour exercer, il est commode de contourner le dispositif législatif en devenant hypnothérapeute, gestalt-thérapeute, énergéticien, thérapeute corporel ou encore de pratiquer de façon « sauvage » la *street hypnosis* sans prendre conscience du risque que ces « apprentis sorciers » font courir à autrui.

Dans ce contexte, je tiens à préciser que je pense que le diplôme ne donne pas la certitude d'être en présence d'un bon praticien. Cependant, il atteste l'acquisition de connaissances, de pratiques, auxquelles s'ajoutent des expériences de vie, des aptitudes, des comportements sans lesquels l'art de la thérapie ne peut s'exercer. Avant que l'on argumente que les chamans des sociétés « primitives » ne sont pas diplômés, je répondrai qu'après avoir été reconnus aptes à recevoir les enseignements de leurs pairs, ils sont tenus à un long parcours initiatique avant de pouvoir exercer leur art. C'est dire que l'on ne s'improvise pas thérapeute. Cette fonction ne consiste pas à mettre en pra-

tique des méthodologies immuables, mais nécessite d'établir autre chose, dans une autre dimension beaucoup plus fluide, moins circonscrite, plus personnelle, pour faire naître une relation particulière, une alchimie communicante entre soignant et soigné, et ce, toutes disciplines confondues. Car ce lien n'est pas une spécificité du psychothérapeute, mais de tous les praticiens dont la vocation est d'apporter un mieux-être physique et/ou psychique à une personne en souffrance.

Cet essai a pour but de mettre en évidence ce que nécessite la mise en œuvre de ce lien spécifique sans lequel toute pratique thérapeutique, sans être vouée à un échec total, ne peut produire le meilleur de ses possibles.

Le thérapeute

Avant de se lancer dans un grand débat, il me semble indispensable de revenir aux sources et à l'étymologie du terme *thérapeute*. Étymologiquement, le terme *thérapeute* signifie « serviteur de Dieu », en référence aux ascètes juifs vivant en communauté à proximité d'Alexandrie. Par extension, le sens du terme évolue en devenant « la personne qui soigne ». En grec, le terme *therapeutes* signifie « serviteur » et par extension « celui qui prend soin de quelqu'un », et enfin le soignant, donc le médecin.

Il est intéressant de constater la dimension religieuse et sacrée du terme, montrant combien l'homme est une expression divine et que, par conséquent, il convient d'en prendre soin et d'être son serviteur, comme on se consacre à Dieu. Ce n'est pas sans raison que l'on parle du métier de soignant comme d'un sacerdoce. La notion de *sacerdoce* nous vient de la religion de la Rome antique où le prêtre (en latin *sacerdos*, de *sacer*, « sacré ») est un personnage officiel chargé du soin, de la surveillance, du contrôle de tout ce qui concernait les dieux, de tout objet ou de tout être leur appartenant, de tout acte qui s'adressait à eux, de tout phénomène considéré comme un signe particulier de leur volonté. Il y a dans la notion de *thérapeute* une connotation divine, une façon de

considérer la vie et la personne comme sacrées, impliquant une attitude de respect.

« Le thérapeute ne guérit pas, il “prend soin”, c’est le Vivant qui soigne et qui guérit. Le thérapeute n’est là que pour mettre le malade dans les meilleures conditions possibles pour que le Vivant agisse et que la guérison advienne. »²

Ambroise Paré affirmait :

« Je le soigne, Dieu le guérit. »

Philon d’Alexandrie nous intéresse aussi dans sa façon de lire les Écritures et de les interpréter. Jean-Yves Leloup en conclut que la thérapie est « sans doute “art de l’interprétation” », effets et affects se modifiant vers un mieux ou un pire, selon le sens que l’on donne à la souffrance, à un événement, à un rêve ou à un texte sacré.

« L’homme est condamné à interpréter, c’est en cela qu’il est libre »³, conclut-il.

Ainsi, Philon et les Thérapeutes sont avant tout des herméneutes, qui apprennent à interpréter les Écritures, approche qui prépare à « interpréter la vie, et à la “jouer” le mieux possible, c’est-à-dire en union avec le Logos⁴ qui l’inspire ».⁵

² Leloup Jean-Yves, *Prendre soin de l’être, Philon et les Thérapeutes d’Alexandrie*, Albin Michel, Spiritualités vivantes, 1993, p. 20.

³ Ibidem, p. 10-11.

⁴ Dans la théologie chrétienne, « Logos » s’emploie pour désigner la deuxième personne de la Sainte Trinité et a le même sens que « Verbe » ou « Parole » (Jésus, le Christ).

⁵ Ibidem, p. 11.

À ce propos, Jean-Yves Leloup remarque qu'Origène⁶ et ensuite la plupart des Pères de l'Église « reprendront les méthodes allégoriques de Philon, relisant l'histoire même du Christ comme un mystère de mort et de résurrection qui doit s'accomplir en chacun, autrement dit : une initiation ou la prise de conscience de la filiation divine que le Logos révèle ou réveille en chacun ». ⁷

Il est nécessaire de reconnaître qu'avant l'émergence des thérapeutes, au sens de psychothérapeutes, ce rôle revenait aux religieux sous la dénomination de *directeurs de conscience*⁸. C'est dire que la dimension spirituelle et émotionnelle ne peut être dissociée du rôle du thérapeute. On peut émettre l'hypothèse que la démarche psychanalytique, se basant sur l'expression verbale et sur la compréhension intellectuelle de l'événement sans chercher à l'interpréter au sens d'en modifier la représentation, a joué un rôle transitoire. De mon point de vue, elle a omis de prendre en compte la dimension spirituelle de l'homme, essentielle pour que la thérapie porte les fruits d'une démarche d'élévation et de changement interne.

⁶ Origène est un théologien, né à Alexandrie vers 185 et mort à Tyr vers 253. Il est l'un des Pères de l'Église.

⁷ Ibidem, p. 12.

⁸ Dans la religion catholique, le directeur de conscience est celui qui guide la conscience d'une personne en matière de religion et de morale.

La thérapie

Que devient la thérapie dans ce contexte ? Que devrait-elle être ? Que faire pour lui donner sa dimension thérapeutique ? Quels sont les comportements, attitudes, cheminements nécessaires au thérapeute pour être dans la meilleure expression de son art ? C'est à ces questions et bien d'autres auxquelles nous allons tenter d'apporter un éclairage différent pour permettre à chacun de faire le point sur sa propre situation, sur le chemin qui lui reste à parcourir, dont le terme ne sera jamais atteint, sans que cette histoire « sans fin » ne soit un obstacle pour prendre sa route.

L'écoute

Dire qu'il est nécessaire d'écouter semble relever de l'évidence, quel que soit le contexte de cette écoute. Néanmoins, lorsqu'il s'agit d'un acte thérapeutique, qu'il soit médical ou psychothérapeutique, l'écoute occupe une place particulièrement importante.

« Que s'est-il passé ? Où avez-vous mal ? Depuis quand et dans quelles circonstances ? »