

Victor Frankl et logothérapie

Comment donner un sens à sa vie peut faire vivre. On peut se battre et survivre à des situations invivables. Mais la vie ne résume pas à cette manière de simplement respirer là où d'autres seraient asphyxiés.

Survivre, c'est ce qu'a fait Frankl alors qu'il subissait les conditions innommables des camps de concentration. Mais il a cherché à ne pas perdre l'occasion d'un désir qui l'habitait tout entier. Un livre, des notes qu'il avait prises et qu'il a perdues. Non, il devait en faire un livre, publier cela, faire savoir.

Pour seulement survivre, on peut lutter, manger sur la part des autres. Est-ce alors une lutte, les plus malins et les plus forts faisant valoir leur supériorité pour résister sur le dos des autres ? Autre chose se profile aussi. La force des liens : certains résistent pour leur projet, pour ce dont ils rêvent de toute leur force : retrouver leur épouse, leur famille, leur enfant. Un livre, un héritage spirituel à transmettre, des enseignements reçus de situations exceptionnelles, et qu'il faut à tout prix faire passer. Mais pourquoi tous ne le font pas ?

Y a-t-il des différences dans les capacités à espérer. Être réaliste, n'est-ce pas renoncer à ce dont les rêves parfois nous donneraient l'illusion. Même si par cette illusion, il pourrait y avoir une vertu analgésique, une souffrance moindre qui ferait aussi tenir. Mais si on parle de sens, il manque une dimension de vérité, de recherche de vérité.

Ce que visait Frankl ne semble pas tant une question de moindre douleur qu'une force à susciter dans les profondeurs du psychisme avec ce que cela pourrait produire de fruits au niveau du corps, de sa résistance.

Frankl développe une psychologie vraiment personnelle. Personnelle parce qu'elle concerne ce que la vie de chacun peut avoir d'unique. Il ne se contente pas de mettre à jour des structures du psychisme qu'on retrouve en chacun. Elle ne vise pas de sorte de mécanismes à gérer, à soigner. C'est à chacun de tenir sa vie en main avec ce qu'elle a de particulier. C'est un formidable appel à la liberté. Faire cet exercice met la liberté en avant même dans des situations où la liberté semble le plus confisquée. Être vraiment humain, c'est détenir la liberté de dépasser ce que les souffrances placeraient comme inacceptables. C'est le sujet qui décide de ce qu'il peut accepter. Et ce pouvoir, Frankl n'hésite pas à le chercher aussi avec ce qu'on rencontre dans les traditions religieuses.

Liberté de ne pas céder à la haine de ceux qui oppressent, l'issue n'est pas dans le sentiment de haine mais dans un chemin où plus de justice éliminera moins des personnes que la perversité d'un ensemble de relations. Cela ouvre à ce que peut être en vérité cette source d'amour. En laissant à chacun, au fond croyant, mais pas toujours disposé à s'avouer tel, de le nommer selon sa foi.