

Préface

Notre époque est tout à la fois effrayante et enthousiasmante. On pourrait sans doute le dire de toutes les époques tant cette dualité du bien et du mal est constitutive de notre expérience d'être incarné. Mais le fait nouveau est l'omniprésence de l'information : nous savons ou pouvons quasiment tout savoir en temps réel de ce qui se passe partout sur la planète. La guerre, l'attentat, l'ouragan, le tremblement de terre..., le « terrible cortège » des horreurs et des souffrances de nos frères et sœurs humains. On peut y ajouter la souffrance du vivant dans son ensemble, les dommages infligés à la planète, etc. Nous n'avons plus aujourd'hui à faire d'efforts pour être « informé », nous devons au contraire déployer des stratégies pour échapper à cette omniprésence d'une information qui privilégie constamment la noirceur, la laideur du monde. Pourquoi ce biais pour l'abomination, l'abjection ? Parce qu'elles parlent immédiatement à nos affects, notre cerveau émotionnel, et court-circuitent toute réflexion, toute sollicitation de notre intellect. La beauté du monde est elle aussi omniprésente, mais pour y être sensible il faut pouvoir dépasser ce premier niveau, cette sollicitation primaire et constante de nos émotions. « Le vrai, le bon, le beau », les « transcendants » de la philosophie antique sont aussi communs à tous les êtres, mais moins immédiatement accessibles puisqu'ils sont les premiers « concepts » et sollicitent à cet égard notre néocortex.

Nous pouvons donc avoir le sentiment, partiellement justifié, que « c'était mieux avant ». Mais ce qui était mieux avant, c'est essentiellement le fait que nous n'étions pas submergés en permanence par la litanie des plaies du monde. Car si la réalité dépasse l'affliction, elle dépasse aussi l'enchantement. Et l'époque est enthousiasmante parce qu'un réenchantement du monde se fait jour. Les anciennes métaphysiques sont obsolètes, science et philosophie entrouvrent la porte sur l'invisible, les dimensions de l'âme et de l'esprit. On trouve sous la plume de philosophes contemporains les expressions de « conscience cosmique » ou d'« anthropologie métaphysique », qui réhabilitent différents modes d'être au monde, au-delà du rationalisme et du matérialisme asséchant et vide de sens.

C'est la raison pour laquelle j'ai accepté de préfacer le livre de Jocelyn Huet, qui me semble participer de cette ambition : redonner du sens, pour un mieux-être en lieu et place du pis-aller. À travers son parcours et sa pratique intégrative, Jocelyn contribue à un regard nouveau sur le monde et l'humain, dont nous avons tant besoin. Son approche me rappelle celle du psychiatre Viktor Frankl (1905-1997), fondateur de la logothérapie, la thérapie par le sens. « Je parle de "recherche d'un sens à la vie" par opposition au principe de plaisir sur lequel est fondée la psychanalyse freudienne, ainsi qu'à la volonté de puissance qui est au centre de la psychologie adlérienne », expliquait Frankl. Selon lui, l'entité complexe que constitue le sujet humain se compose de trois strates : somatique (corps), psychique (âme) et noétique (esprit). Intégrant l'apport de Freud, Frankl reconnaît l'existence de névroses somatogènes (d'origine physique) et de névroses psychogènes, mais il ajoute un troisième groupe : les névroses « noogènes », consécutives à la frustration du principe de sens. Chacun doit trouver une raison unique et singulière d'exister, seule à même de combler l'exigence existentielle et spirituelle de l'âme humaine, estimait Frankl, rescapé du camp d'Auschwitz. Cette « raison unique et singulière » fait écho à la réflexion contemporaine sur l'un et le multiple : chacun de nous est l'expression unique d'une source unique. La source, que l'on suppose transcendante, est la même, mais chaque expression est singulière. C'est le processus que le philosophe anglais Tim Freke a

nommé « unividuation », en prolongeant le concept jungien d'individuation. Sans surprise, la notion d'une singularité de chaque existence se retrouve tout autant dans un courant d'interprétation de la physique quantique – appelé « solipsisme convivial » - que dans l'approche dite « participative » en psychologie transpersonnelle. Chacun de nous évolue dans une réalité qui lui est propre, bien qu'elle semble globalement partagée, et donne du sens au monde par des expériences qu'il est le seul à vivre. Aucun chemin n'est meilleur qu'un autre et tous constituent l'avenue de l'avenir, vers un au-delà du temps.

Cette grille de lecture soutient que le sens est guérisseur, imprégnant toutes les dimensions de l'être. Les dimensions physique et psychique, bien sûr, mais aussi la dimension spirituelle, comme l'avait pressenti Frankl : lorsqu'un journaliste américain lui demanda si une religion universelle se dessinait, il répondit : « Au contraire, nous allons bien plutôt vers une religion personnelle, vers une religiosité plus profondément personnalisée, une religion à partir de laquelle chacun trouvera son propre langage, sa langue la plus intime quand il s'adresse à Dieu ».

Jocelin Morisson