

Texte aimablement mis en ligne par ACP-France

Pour toute mention, merci d'indiquer la référence suivante :

Nacmias, Elio (1988). Le spirituel dans l'Approche centrée sur la personne. In revue Sources, n°14, Janvier 88, pp. 12-17.



ersonne

Carl Rogers est né dans l'Illinois en 1902 et il est mort à La Jolla, en Californie le 4 Février après une brève hospitalisation. Lui succèdent son fils David, sa fille Nathalie - qui a souvent travaillé avec son père et l'a présenté aux conférences sur l'Approche centrée de la Personne (AHP) -, 6 petits enfants, et trois arrière-petits enfants. Sa femme Hélène est morte en 1979 après 52 ans de mariage.

Carl a commencé des Etudes Supérieures au Séminaire de l'Union Théologique, puis il a réussi son Doctorat de philosophie en 1931 à l'Université de Columbia. Il a été successivement Professeur dans les Universités d'Ohio, de Chicago et Wisconsin, puis il s'est établi à l'Institut Occidental des Sciences du comportement en 1964. En 1968, Carl et plusieurs de ses collègues ont fondé le Centre d'Etudes de la personne (Center for Studies of the Person) à La Jolla (Californie), où il a établi sa résidence durant les 19 dernières années. Ce tournant constitue une phase de sa vie qui l'impliqua de plus en plus dans le travail de groupe, dans la psychologie humaniste et dans un projet de paix. Ses livres sur la thérapie centrée sur la personne, le devenir de la personne, l'éducation, les relations interpersonnelles et de nouvelles manières d'être, ont eu une influence incommensurable dans le monde entier.

Au retour des Etats-Unis où il a participé au 3<sup>e</sup> Forum international de "L'Approche Centrée sur la Personne", Elio Nacmias nous livre ses réflexions sur la présence du spirituel dans l'œuvre de Carl Rogers.

Elio Nacmias a été formé à l'A.C.P. par André de Peretti, auteur de "PENSÉE ET VERITE DE CARL ROGERS (Privat). Il est le fondateur de "PHILEMON", groupe réunissant des thérapeutes de toutes disciplines autour d'une recherche sur une approche initiatique de la thérapie.

## LA CAPACITE D'AMOUR

Parler du spirituel-ou de la spiritualité- est toujours une entreprise délicate, car il n'est pas possible de se faire une "représentation mentale" de la spiritualité. La simple évocation de cette dimension a souvent pour effet, soit d'éloigner ceux qui en participent mais sans s'y reconnaître, soit d'attirer ceux qui recherchent le salut dans une voie mystique sans y être préparés.

Par contre, il est possible de repérer le spirituel dans sa manifestation et, en l'occurrence, dans le comportement humain. Multiples en sont les formes et les degrés. Je choisirai pour ma part

la forme qui m'est la plus "parlante", à savoir la CAPACITE D'AMOUR. Quant aux degrés, qu'il me suffise d'en faire état, à commencer par la présence latente du spirituel chez bon nombre d'individus - ici ceux qui se réclament de "l'Approche Centrée sur la Personne" - ensuite, pour certains d'entre eux, la prise de conscience de cette dimension ; enfin, pour un petit nombre, l'engagement dans une voie mystique ou dans la pratique régulière d'une voie traditionnelle (orientale, judéo-chrétienne ou autre).

Cela étant posé, présenter "l'Approche Centrée sur la Personne" de Carl Rogers est une

entreprise hasardeuse, car on s'expose facilement au risque d'en déformer la nature, voire de la caricaturer involontairement : cela s'est déjà produit dans le passé et a été stigmatisé comme tel par Rogers lui-même. Présenter cette approche sous l'éclairage du spirituel comporte un risque supplémentaire, bien que je considère qu'il soit le plus approprié pour appréhender l'essence de la démarche rogérienne. Que ceux des "Rogériens" qui ne s'y reconnaissent pas veuillent bien me pardonner : ils comprendront que, ce faisant, j'exprime une découverte personnelle et, surtout, l'apport que j'en ai tiré dans l'élaboration de mon parcours intérieur depuis quelques dix ans. C'est donc l'expression d'une perception et d'une intégration propres à ma personne.

Pour les lecteurs de "SOURCES" qui ne connaîtraient pas Carl Rogers - ou qui en ont à peine entendu parler, disons succinctement que ce psychologue américain, né en 1902, est mort le 4 Février dernier à l'âge de 85 ans, en laissant derrière lui une œuvre considérable et de nombreux héritiers spirituels de par le monde. Son influence a été particulièrement importante dans de nombreux domaines touchant au développement de la personne :

Tout organisme vivant réalise son développement pourvu que soient réunies des conditions "facilitatrices".

psycho-thérapie, psychologie sociale, sciences de l'éducation, relations humaines en général. Il a beaucoup écrit - ouvrages, études, articles - et a sans doute débordé pour la première fois l'audience des milieux spécialisés par la parution en 1961 du fameux "On Becoming a Person", édité en France par Dunod sous le titre "Le Développement de la Personne". Comme il le dit lui-même dans l'introduction de son livre-bilan : "A Way of Being" (1) (Une Manière d'Être, non paru en France) : "Je croyais écrire à l'intention des psychothérapeutes mais, à ma surprise, je découvris que j'écrivais pour tout le monde - infirmières, ménagères, hommes d'affaires, prêtres, hommes du culte, enseignants, jeunes - pour toutes sortes de gens" (p. VIII)

Ainsi, à partir d'un tel impact (l'ouvrage a été lu par des millions de personnes), Rogers réalisa que "ce qui est vrai dans une relation thérapeute-thérapisant peut aussi être vrai dans le mariage, la famille, l'école, l'administration, la relation entre cultures et entre pays différents" (ibid). D'où l'évolution de la formulation de ses concepts qui, dépassant le champ restreint de la relation d'aide ("non-directive counseling"), de l'enseignement

## Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers et les dieux

Inscription au fronton du Temple de Delphes.

"student-centered teaching") etc, a finalement débouché sur la formule désormais consacrée, "Person-Centered Approach" comme recouvrant "toute situation visant au développement de la personne" (ibid, p. 115).

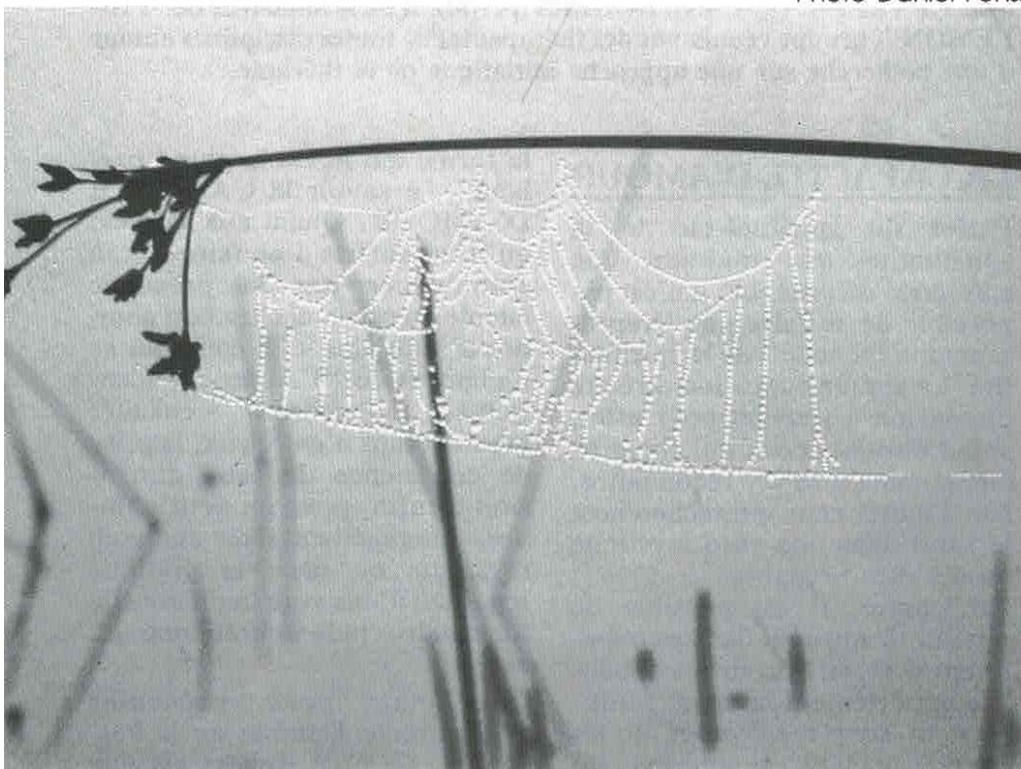
### L'Approche centrée sur la personne, ou l'amour en acte

Si l'on cherchait à illustrer l'Amour en acte dans une situation donnée, je crois qu'on ne saurait mieux le faire qu'en présentant les caractéristiques de l'A.C.P. Et si l'on s'accorde pour reconnaître que l'Amour en acte est une des manifestations du spirituel - sinon la plus fondamentale - on découvrira la présence du spirituel dans l'A.C.P., cela bien avant que Rogers et quelques-uns de ses proches aient nommément reconnu cette dimension en tant que force agissante dans une situation thérapeutique et, partant, dans "toute situation où la croissance-d'une personne, d'un groupe ou d'une collectivité - est recherchée."

Mais venons-en aux caractéristiques de l'approche centrée sur la personne : elles se fondent sur le constat d'une capacité innée en tout organisme vivant de réaliser ses potentialités de croissance et de développement, pourvu que soient réunies les conditions "facilitatrices" d'un tel processus. S'agissant du développement psychique de l'être humain, Rogers en a dégagé trois comme étant "nécessaires et suffisantes". En résumé :

- la première concerne l'aidant ou, dans notre perspective, le **vecteur d'Amour** - ici le thérapeute, là le parent, l'enseignant ou toute autre personne ayant une fonction "facilitatrice" de croissance.

Pour être cela, cette personne sera en état de "congruence", autrement dit en accord, en harmonie avec elle-même, ce qui lui per-



mettra d'être "vraie", "authentique", "transparente" à l'égard de la personne aidée. Cela suppose, toujours dans notre éclairage, que la personne aidante ait accompli le parcours intérieur qui lui confèrera cette qualité, qu'elle ait atteint un degré suffisant de maturité pour être en "Capacité d'Amour". Grâce à quoi, elle pourra satisfaire à la deuxième condition : • celle d'avoir pour la personne aidée un "**regard inconditionnellement positif**", autrement dit un regard d'Amour, quelle que soit la personne, quel que soit son comportement.

## L'EMPATHIE

• La troisième condition - résultant des deux premières - concerne la nature de la relation qui s'instaure entre l'aidant et l'aidé, que Rogers nomme **empathie**. Voici ce qu'il en dit :

"Une façon d'être empathique avec une autre personne présente plusieurs facettes. Cela signifie entrer dans le monde intime des perceptions de l'autre et de s'y trouver pleinement chez soi. Cela implique d'être sensible, instant après instant, au cours changeant des sentiments ressentis par cette autre personne, que ce soit la peur, la colère, la tendresse, le trouble, et tout ce qui se vit en elle. Cela signifie vivre provisoirement dans la vie de l'autre, y évoluer avec délicatesse, sans faire de jugements ; cela signifie être réceptif à des signifiés dont l'autre a à peine conscience, sans toutefois être tenté de lui révéler en totalité des sentiments inconscients quand cela pourrait s'avérer trop menaçant. Cela inclut la communication à l'autre de votre propre ressenti de son monde, à mesure que vous rencontrez avec un regard neuf et sans effroi des éléments en lui qui lui font peur. Cela signifie la vérification fréquente auprès de la personne de l'exactitude de votre ressenti, en vous laissant guider par les réponses que vous recevez. Vous êtes l'accompagnateur-confident de la personne dans son monde intérieur. En faisant ressortir les signifiés dans le flux du vécu d'une autre personne, vous l'aidez à se concentrer sur l'aspect utile de tels renvois, d'en



Photo Daniel PONS

La peur, la colère, la tendresse, le trouble...

ressentir plus pleinement la signification et d'avancer dans l'expérimentation"...

"Être ainsi avec un autre signifie que vous laissez momentanément de côté vos propres points de vue et vos propres valeurs afin d'entrer sans a priori dans le monde d'un autre. D'une certaine manière, cela signifie que vous laissez de côté votre moi individuel ("your self") : ceci ne peut être fait que par des personnes ayant suffisamment d'assurance pour savoir qu'elles ne s'égarent pas dans ce qui peut se révéler être le monde étrange et bizarre de l'autre, et qu'elles pourront avec aisance rentrer à volonté dans leur propre

monde"... (ibid, pp 142-143). Ainsi présentée, l'empathie ne devient-elle pas, dans notre éclairage, l'**amour agissant** ? L'étymologie grecque du terme (empathos) ne rappelle-t-elle pas celle, latine, du mot **compassion** (con-pathos), davantage présent dans notre langue ? Qu'est-ce donc être "avec la souffrance" de l'autre, sinon lui véhiculer l'amour dont nous pouvons être porteurs, sans pour autant nous laisser entamer dans notre propre existence. Enfin, n'avons-nous pas là une illustration éloquent de l'Amour en acte à partir d'une connexion entre une personne ayant la capacité de la véhiculer et une personne en besoin de la

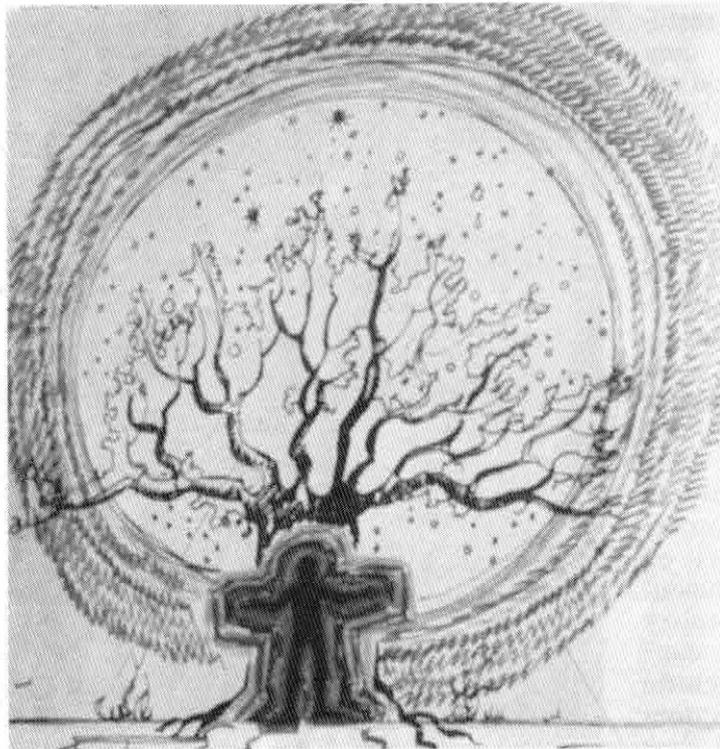
recevoir ? D'où la trilogie de l'Amant, l'Aimé et l'Amour qui nous renvoie de plain-pied au spirituel.

### Montée du spirituel dans la conscience de Carl Rogers

Ce n'est qu'à partir des années 80 qu'apparaît dans les propos et les écrits de Rogers la référence au spirituel. Non sans beaucoup de prudence. Se référant d'abord aux découvertes d'autres chercheurs, il fait état de possibilités de "dépassement des états ordinaires de conscience" et de "tendances vers l'expérience transcendante d'unité", de "dissolution du soi individuel dans tout un espace de valeurs plus élevées, en particulier la beauté, l'harmonie et l'amour"... d'"unité avec le cosmos"... pour conclure qu'"une recherche obstinée semble confirmer l'expérimentation mystique d'union avec l'universel." (ibid p. 128) Ce qui l'autorise à confirmer à son tour que sa propre expérience récente en travaillant avec des individus ou avec des groupes intensifs lui a permis de découvrir "une autre caractéristique" (de l'A.C.P.). Bien que déjà cité dans "SOURCES" (N° 11 : Le Thérapeute dans la Cité), ce passage mérite d'être remis sous les yeux : "Quand je suis au mieux de moi-même, en tant qu'animateur de groupe ou thérapeute, je découvre une autre caractéristique. Quand je me sens au plus près de mon moi intérieur et intuitif ; quand, d'une certaine manière, je suis en contact avec la partie cachée de moi-même ; quand, dans la relation, je me trouve dans un état de conscience quelque peu modifié, alors tout ce que je fais semble être porteur de guérison. Alors, rien

que ma présence est apaisante et aidante... En ces moments, c'est comme si mon être intérieur ("inner spirit") avait rejoint et touché l'être intérieur de l'autre. Notre relation est transcendée et devient partie de quelque chose de plus grand..."

Pour ajouter plus loin : "Nos expériences en thérapie et en groupes impliquent, c'est clair, le transcendant, l'indescriptible, le spirituel." Et, comme pour s'en excuser auprès de ses amis, il s'empresse de conclure : "Je suis obligé de croire que, comme beaucoup d'autres, j'ai sous estimé l'importance de cette dimension mystique, spirituelle."



Souvent clos sur lui-même, le monde intérieur de l'homme. Ce dessin représente une croix plantée sur une terre desséchée, craquelée par manque d'eau. A l'intérieur de la croix apparaît une forme humaine au-dessus de laquelle s'épanouissent les branches d'un arbre qui possède un peu de feuillage. Autour de l'arbre une série de sept couches circulaires définissent un espace intérieur où l'on voit des étoiles. Ici, rien ne circule, sinon le cercle qui est clos sur lui-même et enferme l'invisible. Invisible qui devrait rester mystérieux et donc infiniment ouvert comme le ciel.

Tiré de "Symbolique de l'image et anthropologie" de M.G. MOURET et J.F. FROGER. Ed. Présence.

(ibid pp 129-130).

Poursuivant sa quête, Rogers énumère dans le 1er numéro du bulletin "Journey" de Janvier 1981 un certain nombre de "questions restées sans réponse" à propos de l'A.C.P. Parmi celles-ci, la question N° 7 : "Comment l'approche centrée sur la personne se situe par rap-

port à la quête spirituelle de l'homme ? Nous avons toujours aidé les gens à se chercher en tant qu'eux-mêmes dans leurs circonstances (existentielles). Une approche centrée sur la personne est-elle aussi appelée à les aider à explorer des expériences dans des zones qui les transcendent ?"...

### Universalité de l'approche centrée sur la personne

A ma connaissance, Rogers n'a pas apporté lui-même de son vivant de réponse à ce questionnement, et c'est à ses héritiers que reviendra la tâche de la poursuivre et d'y apporter, à mesure de leur accession intérieure à la dimension spirituelle, les réponses appropriées. Une chose est certaine : l'universalité du message rogérien lui a déjà permis d'atteindre à ce jour les âmes, bien au-delà des cultures spécifiques et des régimes politiques. Au cours des dernières années de sa vie, Carl Rogers, empoignant son bâton de pèlerin et aidé de ses proches, a parcouru de nombreux pays aux quatre coins de la planète, organisant ou suscitant partout où cela était possible, rencontres, conférences, ateliers et rassemblements divers. La "grande famille" rogérienne s'agrandit sans cesse de l'intérieur des cœurs. Au dernier Forum international de San Diego (Californie) en Août dernier, les participants (environ 150 personnes) venaient de

23 pays, dont la Hongrie et la Pologne où se sont déjà tenus des "workshops" rogériens depuis 1984, et même l'URSS en la personne très représentative du Prof. Alexei Matyuskin, Directeur de l'Institut National de Psychologie de l'Education d'URSS qui avait lui-même préalablement invité Rogers dans son

pays et travaillé en commun dans le domaine de l'éducation ("Liberté pour Apprendre" sera édité en russe)...

## L'après-Rogers

Il est possible que l'après-Rogers connaisse le sort de tous les héritages spirituels de l'histoire de l'homme : ce qui s'est dit au dernier Forum (premier grand rassemblement rogérien depuis la mort de Rogers) en laisse sentir les prémices. D'un côté ceux qui craignent la déformation, voire la dilution de la démarche rogérienne, notamment en psychothérapie et qui s'accrochent à telle ou telle forme de son enseignement ; de l'autre, ceux qui en ont reçu l'esprit et qui en seront les propagateurs naturels, mais dans la forme particulière propre à chacun. D'un côté l'inquiétude de ceux qui ont perdu le soutien "charnel" de leur ami et compagnon de route ; de l'autre, la force tranquille des dépositaires de l'esprit. Il est certain que l'ouverture au spirituel des dernières années de la vie de Rogers aura contribué à cette différenciation. Comme il l'admet

lui-même, parlant de la recherche scientifique permettant de confirmer "la validité des expériences qui sont transcendantes, indescriptibles, inattendues, transformatrices... et concomitantes à l'approche centrée sur la personne" : "Ici, j'en suis sûr, beaucoup de lecteurs me fausseront compagnie"... (ibid, p.130-132). Est-ce un hasard si le dernier Forum rogérien s'était donné pour thème : "Diversity, Commonality, Integration", autrement dit Intégration dans l'approche centrée sur la personne, du différencié et du commun ? Et puisque l'élément intégratif dans toute trilogie est de l'ordre du spirituel, gageons que l'héritage de l'Approche centrée sur la Personne survivra à son créateur. En atteste la puissance de l'Egrégore présent à l'Assemblée Générale ("Community Meeting") qui a clôturé le Forum de San Diego. Dans ce cas, on pourra dire que l'approche rogérienne est un exemple de voie psychologique conduisant au spirituel. □

(1) "A way of bein" ed. Houghton Mifflin, 1980.

André de Peretti, animera une conférence sur le thème "Actualité de Carl Rogers" le vendredi 11 décembre 1987 à 20 h 30, à l'I.F.G., 37 quai de Grenelle 75015 PARIS Salle Jean Benoit

## A BORDEAUX Carl Rogers et A.C.P. Formation Professionnelle

conçue par Rogers, selon ses concepts  
D'APPROCHE SUR LA PERSONNE  
en psychothérapie ou communication.  
Equipe pédagogique du Person-Centered  
Approach Institute International  
Diplôme reconnu par l'Association  
américaine des psychologues.  
Terpnos Logos Institut International  
BP 16 (S 7) 33830 BELIN 56.62.58.02

## FORMATION A L'APPROCHE CENTREE SUR LA PERSONNE

Théorie et pratique de la thérapie Rogérienne.  
300 heures/2 ans, Tr. en groupe  
G. Adamczewski, 21 rue de Moscou  
75008 PARIS. Tél. (1) 45.22.29.26

L'héritage spirituel de l'histoire de l'homme dormant à poings fermés et totalement détendu. Un tout petit garçon reposant sur le corps de son père.

