

Henri Gillet

VIKTOR FRANKL ET LA SCIENCE



COMMENT LA SCIENCE CONTEMPORAINE
CONFORTE L'ANALYSE EXISTENTIELLE
DE VIKTOR FRANKL

Henri Gillet

Viktor Frankl
et la science

*Comment la science contemporaine conforte l'analyse existentielle de
Viktor Frankl*

© Henri Gillet, 2022

ISBN numérique : 979-10-405-1576-0

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

AVANT-PROPOS

J'appartiens à une génération dont une partie a essayé de mettre en application cette parole de Marx : « Il ne s'agit pas de comprendre le Monde, il s'agit de le changer ». J'avoue que j'étais plutôt de ceux qui se demandaient s'il n'était pas plus pertinent d'essayer de le comprendre avant de vouloir le changer.

Je me suis toujours intéressé aux descriptions et explications du monde que nous proposent les sciences, des plus rigoureuses comme la cosmologie ou la physique à celles qui aspirent à l'être, comme la sociologie et la psychologie. J'espérais sans doute satisfaire une curiosité qui me semblait naturelle, mais aussi peut-être, y trouver ce à quoi j'aspirais, une sorte de cohérence, de signification, de sens. Et de fait, j'étais plutôt désolé par ce monde qui, de plus en plus, s'avérait en être dépourvu, jusqu'à laisser entrevoir son autodestruction. Plus jeune, mes études, à dominante scientifique, m'avaient intéressé par l'admirable rigueur des mathématiques et la sobre élégance de la physique. Mais le matérialisme déterministe qui en était le socle, expliquant le présent et le futur exclusivement par le hasard de rencontres, dans le passé, entre de la matière et des forces surgies du néant, me paraissait intellectuellement brillant mais philosophiquement insuffisant. Il m'apparaissait plus comme un postulat ayant permis à la science de se construire face à la religion.

En parallèle, un certain nombre de sciences humaines, ainsi que les neurosciences ont dépeint l'homme comme produit exclusif de son passé et de son environnement, lui déniaient toute liberté effective et toute responsabilité réelle. Considérer les autres, et moi-même, de cette manière, me paraissait tout autant affligeant.

Notre société attribue une dignité spécifique à tout être humain, qui ne peut logiquement reposer que sur une dimension humaine spécifique. Constaté que la science, sur laquelle repose cette société, conteste à l'homme cette dimension spécifique, me semblait paradoxal.

Passé la cinquantaine, je découvris Viktor Frankl et l'Analyse existentielle. La vision de l'homme qu'il y décrivait, celle d'un être libre et responsable, en quête de sens, m'a paru d'une clarté d'évidence, mais j'étais frustré de ne pouvoir l'appuyer sur aucune base objective solide. En effet, la science s'opposait à Frankl sur le sujet de la dimension spirituelle de l'homme, à la source de ce

besoin de sens.

Ces toutes dernières années, je me suis intéressé à ces nouvelles réflexions scientifiques, tant en physique qu'en psychologie, qui reviennent sur cette interprétation du monde strictement déterministe, matérialiste et réductionniste. Les travaux les plus récents, en matière d'astronomie, de physique, de paléontologie ou de psychologie, portent désormais un avis beaucoup plus nuancé sur ce déterminisme total du passé. Ils en arrivent à évoquer comme seule explication possible d'un certain nombre de phénomènes, l'effet d'un projet en cours de réalisation. La mise en œuvre d'un futur est donc aussi à prendre en compte dans la compréhension du présent. La conjugaison de ces différents points de vue donne une force nouvelle à cette hypothèse d'un Univers et d'une humanité qui ne sont pas seulement le fruit du « hasard et de la nécessité ».

Ces nouvelles réflexions réactualisent Frankl, convaincu que l'homme, grâce à son libre-arbitre, est voué à la réalisation d'un futur doté de sens. Elles me semblent rendre crédible l'hypothèse d'un but, à prendre en compte dans notre vision de nous-mêmes et du monde. Mais ces réflexions, multiples, pas toujours concordantes, sont parfois ardues à appréhender, pour l'individu ordinaire que je suis, et encore plus difficiles à décrire simplement. Je m'y suis pourtant engagé. J'ai tenté de les rédiger de manière à ce qu'elles soient lisibles et intéressantes pour le plus grand nombre, y compris mes petits enfants pour autant que leurs parents les assistent un tant soit peu.

J'ai été interpellé un jour par ce philosophe qui constatait combien nos questions sont parfois si belles et les réponses si souvent décevantes. Il avançait comme explication que la quête nous dépasse alors que les réponses que nous pouvons formuler ne sont qu'à notre mesure. Si les réflexions qui suivent peuvent aider ceux qui sont encore dans l'action, la construction d'une vie ou l'éducation des enfants, et qui entendent ou formulent les mêmes quêtes, à forger des réponses un peu moins embarrassées, elles n'auront pas été inutiles, et j'en serais heureux.

INTRODUCTION

Dans la deuxième moitié du 19^{ème} siècle, la science semblait sur le point de s'accomplir compte tenu des nombreuses et importantes découvertes qui se succédaient. Il restait évidemment encore beaucoup à connaître mais la physique décrivait si clairement l'Univers et son fonctionnement que l'on pouvait raisonnablement admettre que l'essentiel était proche d'être compris. Le principe sur lequel reposait la science était vérifié : tout ce qui existe dans la nature s'explique par ce qui existe dans la nature.

Newton avait montré deux siècles plus tôt combien l'Univers était une immense mécanique déterminée par la loi mathématique de la gravitation. Les connaissances s'établissent alors comme des certitudes. Le monde immense, a toujours été là, identique. La question de son origine ne se pose donc plus. Des êtres vivants sont apparus et se sont développés sur Terre par le fait du hasard et de la sélection naturelle.

Tout est composé de matière sur laquelle s'exercent des forces. Et il n'y a plus besoin d'autre chose que de matière et de forces pour déchiffrer l'Univers. Aucune autre explication n'est nécessaire pour concevoir le monde dans sa totalité. Se référer à un autre niveau de réalité, à une dimension transcendante, à des divinités, à un Dieu, à un esprit, est devenu inutile.

En même temps que la science désenchantait le monde, elle révélait à l'homme combien il s'était trompé en pensant y occuper une place particulière. L'astronome polonais Copernic avait déjà, deux siècles avant Newton, déprécié la place de la Terre en montrant qu'elle n'était pas au centre du monde. Puis Darwin, au milieu du 19^{ème} siècle, nous montrait que l'homme n'était qu'un animal parmi d'autres, seulement plus évolué.

Les découvertes du début du 20^{ème} siècle relativisent encore davantage la place de l'homme dans l'Univers. En 1924, l'astronome américain Hubble établit l'existence d'autres galaxies. Non seulement la Terre n'est pas au centre du monde, non seulement le soleil n'est qu'une étoile ordinaire dans notre galaxie, mais notre galaxie elle-même n'est qu'une galaxie parmi des milliards d'autres.

L'émergence de la vie, de l'intelligence et de la conscience, attribuée au

hasard, n'est plus qu'un accident de parcours dans la longue marche de l'Univers. Et pour Freud, non seulement l'homme n'est pas au centre du monde, mais il n'est même pas maître de lui-même. Une grande partie de ses actes sont dictés par quelque chose dont il n'est pas conscient. Freud parlera de la triple humiliation infligée à l'homme par Copernic, Darwin et lui-même. Tous trois ont dévalué la place de l'être humain dans leur représentation du monde.

C'est dans ce contexte intellectuel que le psychiatre autrichien Viktor Frankl forge une nouvelle théorie psychologique. Celle-ci se caractérise par la dimension spirituelle qu'elle attribue à l'homme, et qui est à l'origine de sa quête de sens. Il s'inscrit ainsi à contre-courant de la thèse alors triomphante du matérialisme scientifique. Frankl a été le premier à avoir posé la question du sens en psychologie. Et de fait, il est difficile aujourd'hui de s'intéresser à la psychologie sans constater que la recherche de sens y est devenue un besoin humain incontournable.

Il fut évidemment influencé par des psychologues et des philosophes qui l'avaient précédé. À partir de leurs apports, et de son expérience tragique de la vie, il élabora une synthèse globale et cohérente. Celle-ci ne constitue pas seulement une psychothérapie destinée à certaines névroses, caractérisées par le sentiment de vide et d'absurdité, qu'il nomme la Logothérapie. Elle forme aussi une anthropologie, une réflexion philosophique sur l'homme et l'humanité, qu'il appelle l'Analyse existentielle.

Frankl s'oppose aux théories scientifiques de son époque, en refusant d'inscrire l'homme dans leur déterminisme général. Et par là même, il se confronte avec le maître de sa propre discipline, Sigmund Freud, rallié au dogme scientifique selon lequel tous les faits observables sont explicables par des causes passées, y compris en matière de psychisme.

Pourtant, Frankl avait d'abord été un jeune disciple de Freud. Puis il avait rejoint Adler, père de la psychologie individuelle. Mais il se démarqua très vite de ses deux maîtres. Pour lui, l'être humain est non seulement en quête de plaisirs, comme l'affirmait Freud, et de statut, comme le pensait Adler, mais il éprouve aussi, et surtout, un besoin de ressentir que sa vie a un sens.

Cette conception peut interpeler beaucoup d'entre nous, et notamment ceux

qui parviennent à un stade de leur vie où le questionnement sur l'existence s'insère, voire s'impose, parmi les autres sujets qui les avaient très largement occupés jusqu'alors : devenir adulte, fonder une famille, élever des enfants, réussir professionnellement, jouir des plaisirs ordinaires, surmonter au mieux les difficultés, les échecs, les souffrances inéluctables à notre condition.

Cette Analyse Existentielle définit une vision de l'homme qui répond à des questions devenues soudainement importantes :

- Quelle représentation de l'être humain, et notamment de l'adulte, proposer à ses enfants ?
- Quelles sont les réelles et profondes motivations des gens dans leur vie et dans ses composantes, comme leur activité professionnelle ?
- Comment exister dans une société matérialiste, individualiste, consumériste, qui peut nous apparaître si dérisoire ?
- D'où viennent ces valeurs morales, cette conscience, qui nous procurent ce sentiment de dérision ?
- Est-il si aberrant scientifiquement de supposer que les dimensions physiologique et psychique ne suffisent pas à définir complètement l'entité humaine, et donc qu'une dimension de l'esprit est plausible voire nécessaire ?
- Quelles réflexions, à défaut de réponses, apporter à ces questions qui se posent indéniablement à nombre d'entre nous : la vie, l'homme, la conscience, l'esprit, l'Univers : Pourquoi ? Pour quoi ?

Emmanuel Kant, une des références majeures de la pensée occidentale, illustre et condense déjà certaines d'entre elles à sa manière : « Deux choses emplissent mon esprit d'un émerveillement sans cesse croissant à chaque fois que je les considère : la voûte étoilée au-dessus de moi et la loi morale au-dedans de moi ». Ces deux choses font l'objet de recherches scientifiques fondamentales visant à comprendre et expliquer d'une part l'Univers, et d'autre part l'esprit humain. Si la science est parfois ardue à décrypter, Viktor Frankl, en revanche, exprime des idées davantage à notre portée :

- La quête de plaisirs, la satisfaction de ses instincts, de son ego, de sa soif de reconnaissance, ne suffisent pas à définir notre dimension d'humanité.

- La revendication de liberté ne peut s'affranchir d'une obligation de responsabilité.
- L'aspiration à des valeurs supérieures, de l'ordre de la conscience ou de l'esprit, n'est pas l'expression d'une aliénation psychique.
- Le besoin de sens de sa vie est l'émanation du sens de la vie et donc de quelque chose qui nous est supérieur.

Cette théorie psychologique de Frankl, répandue en Autriche, en Allemagne, ou en Amérique du Nord, depuis plus d'un demi-siècle, a été largement ignorée en France, jusqu'il y a une dizaine d'années. Elle avait pourtant dû, partout, se confronter à une science qui disqualifiait toute démarche intellectuelle appelant à une explication autre que matérielle.

En pratique, les psychologies matérialistes avaient, assez rapidement, montré des limites, qui permirent l'émergence, aux Etats-Unis, des psychologies humaniste et existentielle, proches sur certains points de la théorie de Viktor Frankl. La Logothérapie devint de fait une référence pour les psychothérapies modernes développées dans la suite de ces psychologies humaniste et existentielle. Frankl parvint ainsi, en France, à une certaine reconnaissance, en partie parce qu'il bénéficia, par association, du succès important de ces psychologues américains emblématiques, Rollo May, Abraham Maslow, Carl Rogers, Irving Yalom...

Et cependant, la pensée de Frankl mérite d'être considérée en elle-même. Elle porte une vision de l'homme suffisamment élaborée pour ne pas devoir rester cantonnée à ce rôle d'inspiration des autres psychologies dominantes.

Au-delà des piliers de sa psychologie que sont la volonté de sens, la liberté de vouloir, la responsabilité d'exister, qui ont aussi inspiré ses collègues d'outre-Atlantique, il y a un socle d'où émergent ces concepts. C'est la transcendance de l'être humain, cette dimension autre que matérielle, sans quoi les autres concepts s'effondrent. Comment, en effet, selon Frankl, un être seulement constitué de matière dans ses dimensions physique et psychique, pourrait vouloir se poser la question du sens de son existence ?

Et de fait, sa théorie repose sur l'intégration de la dimension spirituelle de l'homme, génératrice de son libre-arbitre et de sa responsabilité. Les personnes

acceptant cette référence à la spiritualité peuvent aisément admettre cette théorie. Mais celles qui, rétives à cette dimension, ou refusant de mélanger les genres dans un domaine médical prétendant à la rigueur scientifique, ne peuvent que difficilement accepter cette psychologie. Elle n'est pas, jusqu'ici, opposable aux grands principes déterministe et matérialiste de la science.

Or, il se passe quelque chose d'extraordinaire dans le monde de la science depuis quelques décennies. Le sens, la conscience, y sont devenus des sujets de débats. On y apprend ainsi que la conscience crée la sensation que nous avons du réel, donc notre réalité.

Les avancées extraordinaires de la physique fondamentale, qui s'attache à comprendre l'Univers du plus grand, le cosmos, aux plus petites particules, laissent une place à autre chose que la matière, faute de pouvoir expliquer l'Univers exclusivement par la matière. Ceci ouvre dès lors des possibilités de réflexions nouvelles dans les autres domaines, les sciences humaines, les sciences de la vie, la psychologie, la philosophie...

L'objet de cet essai est, d'une certaine manière, de rendre justice à Frankl qui, convaincu de la pertinence de son intuition, s'opposait au matérialisme déterministe dominateur de son époque. Dans sa référence à une dimension humaine spécifique, à une conscience immatérielle que la science avait alors délégitimée, il se retrouve en phase avec les hypothèses de scientifiques contemporains reconnus.

Les grands traits de la pensée de Frankl sont présentés dans une première partie, en soulignant combien elle se caractérise fondamentalement par l'affirmation de cette dimension spirituelle en l'homme. Cette conviction sera à l'origine, en psychologie, du premier affrontement entre matérialisme et déterminisme d'une part, et spiritualisme et libre-arbitre d'autre part. Cette confrontation va s'installer, et persiste encore, entre ces deux conceptions de l'être humain.

La deuxième partie sera consacrée aux évolutions de la pensée scientifique globale. La science dans laquelle baignait Frankl, doit désormais affronter, dans plusieurs domaines, et non des moindres, des questions sans réponse matérielle satisfaisante. Le principe scientifique consistant à toujours chercher, comprendre et définir les composants les plus élémentaires pour appréhender le global, se