

ETRE UNE PERSONNE

Geneviève François, Psychothérapeute-Psychologue

Le déficit que représente un handicap ne touche que notre personne physique. Notre être transcendant est toujours en contact avec un savoir caché qui nous parle de parenté avec l'univers. C'est ce que nous font découvrir les êtres handicapés.

Le savoir inconscient, c'est tout ce que nous savons, mais que nous ne savons pas que nous savons. Avant d'explorer ce que nous savons sans le savoir, je voudrais me pencher sur ce que nous croyons que nous savons.

LE MONDE DES APPARENCES.

Notre état d'existence aujourd'hui se situe à l'intérieur d'un conditionnement corporel circonscrit par nos outils sensoriels et cérébraux.

A la naissance, nous avons tout à apprendre du monde qui nous entoure. Les bouddhistes disent que c'est un monde d'apparences, que ce que nous percevons des choses n'est que des formes changeantes.

Ce monde d'apparences nous amène à nous réjouir d'une naissance et à nous attrister d'une mort. Or le temps compris entre la naissance et la mort ne représente qu'un état de vie soumis aux lois du corps physique, où nous fonctionnons avec des outils physiques.

Notre corps, qui est né, est destiné à s'user et à mourir. Comme un arbre qui commence avec la graine et qui finit avec l'âge. Rien de ce qui existe dans ce monde d'apparences n'échappe à la mort. Tout commence et finit, notre corps aussi. A la mort, nous remballons nos outils.

LE PROCESSUS D'ADAPTATION.

Je voudrais que l'on regarde le temps de la vie intra-utérine et celui de la petite enfance comme un temps où nous apprenons à nous servir de nos outils. Nous apprenons à nous installer dans notre habitacle corporel, et il nous faut du temps pour cela.

Notre survie s'inscrit dans les limites données par nos outils. Réfléchissons un peu à ces outils.

- organes des sens
- viscères
- muscles
- neurones.

Mais plus nous apprenons à composer avec ces outils, plus nous nous éloignons de ce que nous savions avant. Car, dans notre processus d'adaptation au monde, nous n'avons pas besoin de ce savoir-là. C'est-à-dire que ce savoir-là n'est pas tourné vers l'adaptation au monde : nous pouvons l'oublier sans que ça se voie. La plupart des enfants ne l'ont pas encore oublié, mais l'éducation qu'ils recevront sera là pour les ramener sur la terre.

Et si nous sommes trop bien adaptés, nous avons perdu le contact immédiat avec ce savoir-là, et nous croyons totalement ce que nos outils et notre intelligence nous font croire que :

- le monde où nous sommes est la seule réalité
- c'est le cerveau qui crée la conscience
- les phénomènes que notre raison ne peut pas expliquer sont imaginaires
- ils nous font illusion parce que la science ne sait pas les expliquer, mais cela ne saurait tarder...

COMMENT DEFINIR L'INCONSCIENT

D'une façon générale, est inconsciente la partie de notre personnalité à laquelle nous n'avons pas accès volontairement. Pour faire suite à ce que j'ai dit sur le savoir, je dirais que l'inconscient, c'est ce que nous croyons que nous ne savons pas.

Il y a trois types d'inconscient, selon que nous le considérons sous un angle matérialiste ou sous un angle spiritualiste. Les partisans de la conception matérialiste considèrent que le refoulement (c'est-à-dire ce que nous ne voulons pas savoir) est une activité propre de nos neurones qui déconnectent automatiquement ce que nous ne voulons pas savoir : par exemple nos pulsions animales, nos sentiments inavouables, nos souffrances excessives....

Ce que nous ne voulons pas savoir existe quelque part dans notre cerveau et aussi dans notre corps sous forme de tensions, maladies... et même une vie souterraine et se manifeste intempestivement au moment où nous nous y attendons le moins. **Cet inconscient-là nous tend des traquenards en révélant ce que nous essayons de tenir caché, même à nous-mêmes. C'est ce que j'appellerais l'inconscient-piège.**

Le deuxième aspect de ce que nous croyons que nous ne savons pas peut être appelé **l'inconscient-filtre**. C'est tout ce que nous oublions « exprès » parce que nous n'en avons pas besoin aujourd'hui, c'est-à-dire ce qui nous remplirait l'esprit inutilement et que nous n'avons pas besoin d'avoir en permanence présent en tête. C'est une sorte de protection automatique qui nous rend opérationnels en repoussant vers l'arrière ce qui nous encombrerait.

Le troisième type d'inconscient est celui qui nous intéresse aujourd'hui. Il est pris en compte par les tenants d'une conception spiritualiste de notre réalité d'être humain. Je pourrais dire, selon une phrase d'un de mes patients, que cet « inconscient-là nous parle de notre parenté avec l'univers ». Cet inconscient-là représente une fonction essentielle à notre mode d'existence humaine, qui est de nous permettre de **conserver le contact avec un ordre de réalité différent de celui dans lequel nous évoluons pendant nos périodes de veille.**

Je l'appelle « conscience inconsciente » ou « inconscient-qui-sait » et c'est ce savoir inconscient qui nous fait comprendre ce que notre rationalité ne peut pas expliquer, ou qui nous fait faire les bons choix dans notre vie. Il serait un guide intérieur avec lequel nous communiquerions uniquement par messages cryptés. Nous pourrions lui donner le nom d'inconscient-conseil. Je résume : l'inconscient-piège, l'inconscient-filtre, et l'inconscient-conseil.

NOUS SOMMES TOUS DES HANDICAPES.

Maintenant que nous avons essayé de poser le cadre de ce que nous croyons que nous savons et de ce que nous ne savons pas que nous savons, je voudrais situer où se place le handicap. Le handicap ne touche que notre personne physique ; il n'a pas d'incidence sur notre nature spirituelle. Il constitue seulement une limitation dans l'utilisation de nos capacités physiques et intellectuelles.

Qu'est-ce que cela veut dire ? Cela veut dire qu'il y a très peu de différence entre une personne dite handicapée et nous. Tous nos outils sont fragiles, susceptibles de se détériorer, ils nous donnent des capacités plus ou moins performantes et dont les limites sont plus ou moins gênantes. **Un être est dit handicapé quand il n'est pas en possession de ses outils d'une façon suffisante.** Ce handicap le fait souffrir, parce qu'aujourd'hui il aurait besoin de ses outils pour vivre confortablement dans le monde où il se trouve. Cependant ce déficit qui réduit ses capacités ne l'empêche pas de fonctionner avec cette autre instance, qui n'est pas soumise aux lois du corps, celle de son inconscient-qui-sait, et qui reste toujours en contact avec l'univers.

Quand nous basculons dans notre corps, nous nous soumettons aux lois de ce corps, avec son mode de conscience cérébrale. **Or, au contact des êtres handicapés, nous découvrons qu'un autre mode de conscience existe.** Notre conscience cérébrale est une barrière qui nous sépare de cette autre conscience. Mais, quand nous sommes empêchés de fonctionner avec nos outils corporels, l'autre conscience prend toute la place, et alors nous restons en prise avec tout l'univers. Nous ne sommes plus gênés par notre conditionnement corporel. Ceci nous amène à poser la question essentielle : qu'est-ce qu'une personne ?

LA TRANSCENDANCE DE LA PERSONNE.

Etre en possession d'un corps qui fonctionne bien n'est pas suffisant pour faire de nous une personne. Les personnes handicapées en ont tout à fait conscience, comme en témoigne cette réflexion d'une femme qui est venue me voir en thérapie : « même si je suis handicapée, je suis aussi une personne ; ». Elle souffrait certes de ses insuffisances physiques et intellectuelles, mais **elle avait une conscience d'elle-même comme une personne ayant autant de valeur que les autres**, et elle demandait qu'on la traite comme telle. Son handicap ne la touchait pas dans ce que j'appelle sa transcendance.

Elle avait de gros problèmes de métabolisme, elle avait de gros problèmes mentaux, mais demandait à être traitée avec la même considération que n'importe quelle autre personne. **Le noyau d'une personne ne se situe pas dans ses capacités plus ou moins performantes, mais dans son être lui-même en tant que personne appuyée sur une conscience d'elle-même à un niveau transcendantal.**

La transcendance, cela signifie que nous sommes certes ce que nous sommes, mais que nous sommes aussi beaucoup plus que ce que nous sommes. Nous sommes infiniment plus que ce que nous croyons être.

Dans la dimension transcendantale de notre être, nous ne sommes plus circonscrits par les limites de nos organes. Cette dimension transcendantale ne se voit, ni ne se mesure. Nous existons au-delà des limites de notre réalité visible.

Nous n'avons pas d'autre référence pour en parler que nos propres expériences de cette transcendance, et ces expériences sont tout intérieures et propres à chacun d'entre nous. Ces expériences sont éminemment personnelles et intimes et ne sont pas directement communicables. En tout cas, pour en parler en étant compris, il faut que ceux avec qui nous en parlons aient eux aussi fait ce genre d'expérience intérieure.

Je parle d'expériences, je ne parle pas d'élucubrations ni de suppositions. Une expérience intérieure, c'est quelque chose de vécu dans cette dimension transcendantale. Ce type de vécu est caractérisé par son immédiateté et son évidence, ce qui en fait quelque chose de complètement réel.

Les personnes qui sont très bien adaptées aux normes de la société, n'ont plus le temps de s'occuper de leur vie intérieure. Toute leur réceptivité est tournée vers l'extérieur. Leur conscience se cantonne dans les limites de leurs neurones et de leurs organes sensoriels.

Beaucoup d'enfants sont **malheureux parce que leurs parents ne s'intéressent qu'à leurs outils, et pas à leur être profond**. A mon avis, c'est une des raisons du succès que rencontrent les sectes aujourd'hui, car elles s'adressent à l'être profond.

Un autiste est justement un être qui ne se laisse pas détourner de son être profond. Il se moque de ses outils, de ses performances, il n'a rien à faire du monde qu'on lui propose d'habiter. Il attend seulement des autres de pouvoir les rencontrer dans leur être profond. Et ils ont un regard très juste sur les autres, on ne peut pas les tromper. J'ai envie de vous citer ces quelques phrases extraordinaires d'une personne autiste de 30 ans :

*Quand j'ai ouvert les yeux trop grands de ma cathédrale,
je n'ai vu que des mots désertés, déshabités, morts-nés.
Ma vie s'est évanouie.
Pour ne pas mort-naître, j'ai appelé les mots afin qu'ils me rencontrent.*

LES DEUX LOGIQUES.

Je vous propose d'appeler conscience cérébrale celle liée à nos outils physiques, et conscience transcendantale celle de notre être profond. Chacune de ces deux consciences possède une logique qui lui est propre. On peut dire qu'il y a deux logiques.

La conscience cérébrale interprète ce qu'elle voit avec ses moyens propres. La logique cérébrale est impérialiste. L'être humain s'aime intelligent, il ne s'aime pas animal, sous le pouvoir d'un corps qui lui impose ses lois. La logique cérébrale est entachée de présomption. Elle se croit indéfectible, véridique, parce que basée sur des observations objectives. L'homme occidental voudrait se préserver de tous les risques, y compris celui de se tromper. C'est cette logique qui détermine les stratégies de rééducation que l'on va mettre en place avec les personnes handicapées.

La mise en place des stratégies de rééducation part du postulat que le but de la vie, c'est une adaptation

réussie. Son objectif est de créer des mécanismes de compensation, en entraînant la personne handicapée à acquérir de nouveaux schémas de comportement. Dans cette logique on ne fait jamais rien pour rien. L'éducateur sait et il contraint. Or je n'ai jamais rencontré une personne qui se développe dans la contrainte.

Rééduquer, c'est tirer un enfant vers notre monde. S'exerce alors sur lui une violence qui vient de notre entêtement à vouloir le faire fonctionner avec des outils qu'il n'a pas, en fonction de notre logique d'apprentissage.

La conscience transcendante, elle, n'est pas soumise à nos capacités intellectuelles. Elle est en contact permanent avec une autre réalité que nos neurones ne savent pas capter, que j'ai déjà appelé réalité-universelle. Cette forme de réalité n'est pas visible, et nous devons faire un effort pour comprendre la logique de cette réalité-là.

Avant toute tentative de mise en place d'un processus de rééducation, il faudrait nous mettre en contact avec notre conscience transcendante, et nous laisser enseigner par ce que les personnes handicapées nous apprennent. **Les êtres très handicapés ne communiquent avec nous qu'au moyen de cette conscience.** C'est en les regardant, en les écoutant et en les accompagnant dans leur handicap que nous découvrirons leur fonctionnement transcendant. La Communication Facilitée met en lumière la présence chez les handicapés de ce fonctionnement transcendant.

Le génie de la CF, c'est de nous offrir un outil spécifique pour comprendre l'être, non pas au niveau de sa conscience cérébrale, mais au niveau de sa conscience transcendante. C'est là que nous découvrons un monde. Je suis frappée de constater que les enfants se ferment instantanément quand le facilitant fonctionne avec sa conscience cérébrale, c'est-à-dire quand il attend quelque chose de l'enfant, quand il a un objectif autre que le seul désir de faciliter le geste de l'enfant.

En effet, devant une pression qui s'exerce sur lui, l'être handicapé se retire. Il laisse carrément tomber son accompagnateur. N'étant pas reçu, il ne se livre pas. Je ne suis pas étonnée que les personnes qui sont dans leur conscience cérébrale, avec ses objectifs et ses outils, ne réussissent pas à faire marcher la CF. Ce n'est pas une question de technique, c'est une question de disposition d'esprit.

Le moyen d'entrer en contact avec notre conscience transcendante est justement de ne rien vouloir. Ne rien vouloir et ne rien faire n'entre pas dans l'ordre de la logique de la conscience cérébrale. Pour certains d'entre nous, cette disposition d'esprit est très difficile.

Il est très difficile de ne rien faire, parce que nous avons l'impression d'être inutiles. Et nous n'aimons pas cela. Nous cherchons toujours ce qu'il faudrait faire pour que les choses marchent. Mais nous ne pouvons rien faire d'autre que de regarder et de suivre celui que nous accompagnons. La CF nous donne une chance extraordinaire de pouvoir entrer en contact avec la conscience transcendante : la nôtre et celle de l'autre.

Une autre raison pour laquelle nous n'aimons pas ne rien faire, c'est parce que c'est très difficile de voir la souffrance des autres, et de se sentir impuissant. **Car nous sommes impuissants à empêcher les autres de souffrir.** Nous ne pouvons pas leur enlever leur souffrance, nous ne pouvons que les accompagner en les écoutant, en les comprenant, en apportant notre présence chaleureuse.

Il est très important de dire à une personne handicapée, (même si nous avons l'impression qu'elle ne nous entend pas !) ce que nous comprenons de son monde. Si nous nous trompons, elle saura nous corriger, avec ses moyens à elle. L'important c'est qu'elle nous sente réceptifs à son monde. Une complicité s'établit ainsi entre elle et une personne du monde extérieur, et cette complicité sera sa meilleure chance pour qu'elle ait envie de venir dans notre monde, autant qu'elle le pourra.

LES MOTS SONT LE PONT ENTRE LES DEUX CONSCIENCES

Pourquoi je dis les mots, et non pas la parole ? Parce que les mots existent même s'ils ne sont pas prononcés. La parole, non.

Une personne handicapée qui utilise la CF se servira des mots de son interlocuteur. Dans la conscience transcendante, il n'y a pas de mots. La communication se fait directement de conscience à conscience. Mais pour dialoguer avec un interlocuteur non-handicapé, la personne handicapée se servira des mêmes mots que lui. C'est ainsi que je comprends la signification de cette phrase : « je prends les mots qui sont dans la valise de mots qui est dans ta tête ».

Si bien qu'un être qui ne peut se servir de la parole (quelle qu'en soit la cause) et qui n'a jamais acquis l'usage du langage, **utilisera, grâce à un phénomène de conscience que j'appellerai « directe », les mots mêmes de son interlocuteur, quelle qu'en soit la langue.** Pour nous, la langue est une barrière, pour eux, non.

Une langue est construite sur des représentations du monde propres à une culture. Une culture n'est pas plus vraie qu'une autre : simplement chacune s'est modelée en fonction des représentations symboliques qu'elle a de la vie, de la mort, de l'enfance, de la vieillesse, du bien et du mal... **Une culture correspond à une sélection de valeurs** qui sont partagées par une même population.

Notre conscience transcendante ignore les variations des cultures. Il lui reste les mots. Les mots deviennent les outils de passage privilégiés entre une personne installée dans sa conscience transcendante et une autre qui se trouve dans sa conscience cérébrale. **La communication au-delà de la barrière du langage ne peut marcher que si nous entrons dans la logique de notre conscience transcendante.**