

PRESENCE

« Et en chacun de nous sommeille un étranger au visage inconnu. Il nous entretient par le truchement du rêve et nous fait savoir combien la vision qu'il a de nous est différente de celle dans laquelle nous nous complaisons. » (Citation de C.G. Jung, dans L'Homme à la découverte de son âme, Albin Michel, 1987, p90)

Quand j'avais huit ou neuf ans, je rentrais de l'école en bus et sur les quelques centaines de mètres qui me séparaient de la maison, je parlais tout haut avec un interlocuteur imaginaire que j'avais appelé "Nouveauté", mot qui me renvoyait aux nouveaux modèles de voiture miniatures que je regardais dans les catalogues. Après l'école, on faisait ensemble le trajet qui séparait l'arrêt de bus de ma maison et je lui confiais sans doute des choses qui m'avaient blessé ou choqué dans ma journée, toutes choses que je ne pouvais pas dire à ma mère. Sur ce temps court, j'éprouvais une forme de liberté et celle-ci fut très tôt associée à mon besoin profond de pouvoir m'isoler chaque jour un moment, ce que je ne pouvais pas faire chez mes parents où je sentais ma mère trop présente, trop intrusive, trop « mère ».

J'aimais déjà la solitude par laquelle je m'offrais du temps rien que pour moi, pour mon dialogue intérieur, pour nourrir mon imaginaire et y trouver la consolation nécessaire à une vie de famille souvent déprimante.

"Nouveauté" a disparu avec mes jouets d'enfant, mais depuis ce temps, quand je suis seul, en marchant le plus souvent, je parle, je commente, je réfléchis, je proteste, à haute voix. Je ne crie pas, je ne vocifère pas, c'est un automatisme, j'ai besoin de m'entendre réfléchir ou pester c'est selon.

Je ne peux pas réfléchir sans parler. Si je suis dans un groupe avec lequel je fais une activité, du chant par exemple, et qu'il me vient une idée à développer, je vais attendre de m'isoler un moment pour la formuler dans un échange avec « l'autre » moi-même.

A la lumière de la citation de Jung, je réalise que j'ai besoin d'un interlocuteur pour réfléchir et organiser ma pensée et de cet interlocuteur, je sens la présence. Je ne peux pas dire que je le connais, mais avec le temps, nos relations évoluent.

Penser et formuler c'est la même chose. Quand je réfléchis, j'imagine un scenario, je m'exprime et j'ai conscience de parler vraiment à quelqu'un, à une sorte de double que j'interpelle. Bien sûr, je n'ai pas de visions, j'ai tout à fait conscience que je me mets à l'écoute de cette autre part de moi-même, de celle qui va donner corps et cohérence à mes propos. Quand je fais ma marche quotidienne, je peux passer une partie de mon temps à discuter avec « l'autre ».

Cet autre avec qui je simule un échange, cette présence, est à la fois mon double et mon adversaire. Il peut me tirer vers l'arrière, vers mon passé avec quoi il ne veut pas me voir rompre ou me pousser vers l'avant. Il ne s'exprime pas en mots mais en actes, par des comportements qui peuvent me nuire ou me stimuler. Il peut alors prendre la forme de l'homme en colère, de l'homme jaloux, de l'homme revendicatif qui va s'exclure malgré lui du groupe parce qu'il a voulu imposer ses règles et se distinguer pour exister, mais aussi de l'homme bon, créatif, ouvert.

Mais cet autre, plus je le connais, plus j'ai de prise sur lui au point d'en accepter la cohabitation. Contre lui, je suis de mieux en mieux armé grâce au travail intérieur, aux rêves, au Yi King, et quand je m'ouvre, je me rends disponible aux échanges et remarques de ma femme et de mes proches., même si ce n'est jamais tout à fait acquis.

Mes propos pourraient donner à penser que c'est avant tout un ennemi que je dois combattre. Disons plutôt un adversaire qui, au fond, me rend service. Si je suis conscient que, au sein d'un groupe, je vais être tenté de laisser « l'adversaire » prendre la parole, revendiquer, vouloir faire le justicier au risque de passer pour un emmerdeur, je m'oblige à me taire et à me rendre aimable. Ainsi, je peux accepter l'échange avec ceux qui cessent d'être des cibles pour mes projections et je peux tenir ma place, être considéré au point d'en être heureux parce que

soulagé. Je me sens enfin libre de pouvoir apprécier celle ou celui qu'hier je rejétais, que mon autre intérieur me poussait à rejeter.

Oui c'est une lutte quotidienne dans laquelle je tente de faire de mon autre, un allié. J'essaie de reconnaître le perturbateur redoutable tenant à défendre ses positions, qui résiste en moi et peut se faire un « avocat du diable» positif et qui est aussi une force.

Cet autre me voit tel que je suis sous mes différents aspects et il tient à exister sans que cela aille jusqu'à la rupture. Je suis conduit à composer avec lui avec un peu plus de force et de détermination à chaque fois. Le résultat, c'est la joie éprouvée dans l'ouverture à autrui.

Au fond, je me construis par la présence de cet autre subjectif qui fait le lien avec mon inconscient. Il me poussait et me pousse encore aujourd'hui à rechercher l'objectivité dans mes choix. Je dois prendre en compte ce témoin qui, malgré sa subjectivité, nourrit ma conscience et donne du sens à son action.

Pour paraphraser Rimbaud qui affirmait « Je est un autre » (Voir lettre d'Arthur Rimbaud à Paul Demuny en date du 15 mai 1871) , j'ajoute que je est « aussi » un autre qui peut nous leurrer, biaiser nos jugements et les soumettre à notre besoin de projeter, de décider à l'emporte-pièce sous le coup d'une forme de paresse. Et cet autre, qui cohabite sous le même cerveau, qui fait partie de notre psyché, demande à être reconnu et accepté pour ne pas nuire.

Je conclurai par une autre citation de Jung :

Le souvenir des faits extérieurs de ma vie s'est, pour la plus grande part, estompé dans mon esprit ou a disparu. Mais les rencontres avec l'autre réalité, la collision avec l'inconscient, se sont imprégnées de façon indélébile dans ma mémoire. Il y avait toujours là abondance et richesse. Tout le reste passe à l'arrière-plan. (C.C Jung, "Ma vie", Gallimard,coll. Témoins, p.23)

François MARIE

29 septembre 2025

framarie50@gmail.com