

**Temps de la pensée, temps du silence, temps de l’agir –
Des éprouvés internes à la rencontre avec l’autre**

Intervention au séminaire/colloque Asphodèle du 22 mai 2021

Je voudrais dans cette intervention rêver avec vous autour des notions de temps et de silence. Le silence comme matière vivante, qui permet de penser, de dire ou de ne pas dire, de se cacher, d’observer, de s’observer ou de contempler. Je centrerai donc mon propos autour d’œuvres artistiques et théoriques, ainsi qu’autour d’exemples cliniques issus de ma pratique de psychologue clinicienne et psychothérapeute en institution.

John Cage, qui est un compositeur, a réalisé en 1952 un morceau intitulé « 4 min 33 ». Ce morceau réalisé pour « n’importe quel instrument ou combinaison d’instruments », est composé de trois parties de 33’’, 2’40’’ et 1’20’’. John Cage a pu dire de son œuvre : « En composant un morceau qui ne contiendrait aucun son, je craignais de donner l’impression de faire une blague, voyez-vous. En fait, j’ai travaillé plus longtemps à mon morceau “silencieux” qu’à aucun autre. J’y ai travaillé quatre ans... ». Finalement même pas forcément besoin de silence, car c’est la partition qui est silencieuse. Cage n’a d’ailleurs cessé de le répéter : le silence n’existe pas. Ça pose une question fondamentale autour de l’interprétation. 4’33’’ n’est peut-être même pas un morceau de musique, mais reste donc son dispositif : un intervalle de durée fixe, scandé par trois mouvements inégaux. Il y a le cadre, de la partition, du concert, des temps définis qui structurent l’œuvre. Cette partition fait lien pour moi avec une expérience dans un atelier d’expression autour de la voix au sein du centre artistique Roy Hart Theatre. La consigne semble simple, et pourtant tout à fait complexe : « Écoutez le silence qui vous entoure (...) Le silence des grillons au loin, derrière la fenêtre. Le silence du vent dans les arbres prenant vie autour de vous. » Comment donc écouter du silence ? Partant de ce questionnement, me vient l’envie d’élaborer autour d’une situation clinique.

L’enfant que nous appellerons Noah a 4 ans. Quand je le rencontre pour la première fois en CMP, il est muet. La seule chose qui parle pour lui, ce sont ses yeux grands ouverts, très

profonds, qui scrutent l'espace du bureau dans lequel il s'aventure. Lorsque la mère de Noah s'assoit face à moi, le marchand de sable passe au-dessus de ma tête. Je suis prise d'une immense fatigue. Ses yeux semblent avoir du mal à s'ouvrir, les miens deviennent très lourds. Son regard est inexpressif, mais un sourire veut tout de même s'esquisser sur ses lèvres. Madame est originaire du Congo. Elle a dû quitter le pays pour des raisons politiques. Elle est suivie avec Noah par la PMI depuis qu'il est petit, son accouchement ayant été très difficile pour cause d'une Hypertension Artérielle gravidique. Noah est un bébé prématuré qui est né à 33 semaines de grossesse. Mme a déjà trois enfants avant lui, dont le plus jeune a 12 ans. « C'était un accident », me dit-elle en regardant son fils qui va vers les jouets mis à disposition. Elle devait faire changer son implant contraceptif, et elle est tombée enceinte. Je n'apprendrai qu'au bout de quelques séances que le père de Noah est en prison depuis que Noah a 7 mois. Les policiers sont venus un matin, ont cassé la porte. Beaucoup de cris, et Noah dans son lit à barreaux, faisant partie de la scène. Je rencontre Noah dans le cadre d'une psychothérapie. Après ces entretiens avec la mère, je commence à le voir seul. Un périple ritualisé commence. Sans mots, il me regarde intensément et me tend une voiture. Je dois le suivre. Le trajet est chaotique. Nous devons tourner autour de la petite table, les voitures doivent ensuite s'écraser du haut de la petite chaise, nous passons derrière le meuble à jouets, nous devons faire passer la voiture sous ma chaise, nous devons courir à quatre pattes près de la porte, et nous répétons encore et encore ce parcours. Je ne peux rien en dire, je suis prise dans cette boucle, elle est urgente et très importante. Je le suis du mieux que je peux mais l'opération est douloureuse pour mes genoux, je suis absolument collée à ce qui se joue. Silence des mots, bruit fracassant tout autour. Mais un jour, Noah ne reproduira pas la boucle. Il s'allonge au milieu de mon tapis, la tête soutenue par ses deux petites mains. Je lui dis qu'il peut se reposer ici. Je pose délicatement une couverture sur lui, et me mets à veiller sur son sommeil. Je suis émue, et je prends ma mission à cœur. J'enveloppe Noah de mon regard, et de mes pensées. Me vient en tête une berceuse. Une rêverie autour du voyage qu'a dû entreprendre sa mère pour venir jusqu'ici. « Rêver les rêves irrévés du patient », nous évoque le psychanalyste Ogden. Cinq minutes avant la fin de la séance, je le réveille doucement. Noah ne pourra pas repartir du bureau sans garder quelque chose de cet espace-temps que nous venons de partager ensemble. Je lui donne un papier où je note mon nom et la date et l'heure de notre prochain rendez-vous. Prochain rendez-vous la semaine prochaine, toujours le même jour, à la même heure. Prochain rendez-vous où le silence fera place aux cris, des cris terribles de Noah se regardant dans le miroir, analysant sa bouche, ses larmes. Des cris venus de très loin, pour avoir simplement fait tomber un cube dans l'espace du bureau. Ça semble terrible, un bébé non contenu qui se

raccroche à lui-même lorsqu'il ne peut rencontrer quelqu'un. Petit à petit, les cris feront place aux mots. Sans ce silence accueilli, sans ce cri primal, aucune possibilité de penser quelque chose, de l'élaborer ou de le dire. Cet exemple me ramène ici à la notion de patience. Baptiste Morizot est un philosophe contemporain qui écrit sur le rapport entre le monde humain et animal. Allant à la rencontre des loups et des panthères, il théorise la notion de piste et de patience. Pister, c'est accueillir les traces visibles qui viennent parler des mouvements invisibles de l'animal. Pister, en décryptant traces et empreintes avec patience, nous permettant de nous mettre à la place de l'animal. Pister, avec des hypothèses qui réfléchissent, mais surtout avec ses ressentis corporels. Prendre patience. « La patience de la panthère, nous dit-il, n'est pas une vertu morale d'élévation au-dessus de l'animal archaïque et primal qu'on pense tapi dans nos fors intérieurs, ce n'est pas une muselière mise par la Raison à nos passions prétendument bestiales. Pratiquer cette patience revient à « activer en soi les pouvoirs d'un corps différent », comme l'écrivait l'anthropologue Eduardo Viveiros de Castro pour définir la métamorphose. Cela constitue une métamorphose au sens animiste, mais enrichie d'une compréhension éco-évolutive de ces puissances animales qu'on *porte en soi* ». Ainsi, pister et patienter, dans cette attention émotionnelle tendue vers l'autre, pour l'accueillir du plus profond de soi.

Prendre le temps d'observer. Observer sans scruter, sans juger. Observer sans désir, sans mémoire, sans connaissance comme nous le suggère le psychanalyste Bion. Simplement observer. Dans la méthode d'observation du bébé selon Esther Bick, médecin et psychanalyste britannique d'origine polonaise, il s'agit d'« aller voir grandir un bébé dans sa famille une heure par semaine jusqu'aux deux ans de l'enfant». Plusieurs éléments sous-tendent ainsi cette phrase : il s'agit de voir, dans sa globalité, grandir : intervient ici la notion de croissance, un bébé dans sa famille : le bébé en lien avec le restant de sa famille au moment où on viendra. L'observateur est soutenu par un formateur et un groupe, qui reprend ensemble toutes les semaines le compte rendu de ce qui a été vécu pendant l'heure d'observation. La notion d'engagement est ici importante, aussi bien pour la famille, que pour l'observateur et le groupe. Cette famille, qui est recherchée comme allant « normalement bien », va mettre en scène une heure par semaine quelque chose face à l'observateur, comme un patient va jouer ou relater des choses en séance. L'observateur, de son côté, se doit d'être dans une réceptivité en creux, contenante, dans un exercice d'attention qui pourra recevoir tout ce qui est ressenti, perçu, vu

du bébé mais aussi des liens entre le bébé et sa mère, le bébé et son père, le bébé et son environnement. Comment la pensée vient au bébé ? Observer, devient ici mettre à l'intérieur de soi la représentation d'un bébé dans une famille qui va normalement bien. Nous découvrons, ce qui se vit et se construit, dans un exercice où on prend le temps d'aller à la rencontre de la famille, où nous nous tranquillisons dans les fonctions parentales de la famille. Ainsi dans ce temps d'une heure, nous nous devons d'être dans une écoute corporelle, un engagement corporel. En essayant de ne pas interférer sur ce qui peut se dire et se vivre sans être dans trop de silence qui pourrait être persécuteur. Selon la psychanalyste Martha Harris, ce troisième œil, qui accueille sans savoir, aidera la mère à « retrouver son sentiment identitaire rompu » après la grossesse. « Quand le silence fait alliance avec la nuit, on découvre que la pureté du silence se décompose paradoxalement en une multitude de craquements légers ; ces craquements ne rompent pas le silence, mais le rendent au contraire plus silencieux, de même que les étoiles, loin de blanchir le ciel nocturne, rendent la nuit plus profonde et plus noire. » Le philosophe Jankélévitch nous poétise ainsi la nuit, et vient faire lien avec ce que pourra me livrer une mère au cours de l'observation de son bébé qui a quelques semaines. Il dort mal à la nuit, il crie et elle doit se réveiller pour le bercer dans ses bras et le rendormir. Et puis, leur fusion change de regard : s'il ne pleure pas, c'est elle qui se lève pour vérifier s'il va bien. Un bébé silencieux dans la nuit. Que peut-il bien faire ? Est-il bien en train de vivre ? Le père, en écho, de me signifier à un autre moment le regard plongé sur son enfant : « Et oui, parfois on ne sait pas si tu es endormi en étant éveillé ou si tu es éveillé en dormant... » Mettre à l'intérieur de soi. Une expérience, quelque chose, quelqu'un. Le porter avec soi et lui redonner par son regard, ses pensées, son corps l'enveloppant entièrement. Lui permettre de digérer du lait, des ressentis, des pensées. Bion nous décrit bien ce rôle transformateur de toute expérience émotionnelle.

Accueillir un enfant qui pourra alors se sentir en sécurité dans le nid, pour pouvoir s'ouvrir dans un second temps au monde. Les lieux d'accueil enfants-parents, dans la continuité de la Maison Verte de Françoise Dolto, sont des lieux de prévention entre vie familiale et vie sociale. Espace de socialisation où le parent reste auprès de son enfant qui a entre 0 et 4 ans, il rend possible un service au plus près de la rencontre vraie avec les familles. Les échanges y sont médiatisés à l'aide des accueillants qui instaurent une parole non jugeante, soutenante et spontanée. Le jeu

est également une médiation qui rend possible la mise en relation entre les enfants, les parents et les accueillants. Le cadre du lieu est pensé de façon libre et structurée :

- Il n'y a pas de prise de rendez-vous : la liberté de fréquentation du lieu d'accueil est totale.
- L'anonymat : cela permet pour ce lieu en marge du soin une circulation de la parole et la préservation de l'identité personnelle et sociale des personnes. Il permet que le lien s'établisse de façon respectueuse et chaleureuse pour les parents et les enfants qui vont du coup se retrouver à la fois dans un cadre préservé intime, et un cadre social.
- Quant à l'aménagement de l'espace : il est pensé pour que l'enfant se sente en sécurité et puisse faire preuve d'autonomie et de créativité dans son utilisation des jeux.

Ce lieu, dans lequel un tissage humain, culturel et social peut se développer, accueille la vie affective des familles. Les liens peuvent se parler, se retendre ou se sécuriser, et l'enfant peut s'y individualiser en présence rassurante de ses parents. Les parents peuvent quant à eux élaborer autour de leurs questionnements, leurs angoisses ou les difficultés qu'ils sont amenés à vivre. Accueillir, tout comme observer, sont des exercices qui demandent d'être bien sécurisé à l'intérieur, pour permettre une rencontre authentique, sereine, en étant proche sans être trop près des familles. "La maison est notre coin du monde. C'est notre premier univers et un véritable cosmos.", nous invite à imaginer le philosophe Gaston Bachelard. La maison des grandes villes, selon lui, manque des valeurs intimes de verticalité et ainsi de cosmicité. « Chose inimaginable pour un rêveur de maison ; les gratte-ciels n'ont pas de cave » nous dit-il. « Du pavé jusqu'au toit, les pièces s'amoncellent et la tente d'un ciel sans horizons enclot la ville entière. » Elles sont nombreuses, ces mères qui seules dans leur appartement avec leur enfant ne savent plus bien dans quel monde elles vivent. Le temps est étrange, et les journées sont rythmées mais imprévisibles. Avant confinement, pendant confinement sauf de mars à juin 2020, et après confinement, le lieu d'accueil enfants-parents est resté ouvert. Il est resté ouvert et les mères sont venues respirer dans cet espace avec jardin. Avec leurs masques, mais respirer tout de même. C'est dans ce contexte que je rencontre récemment la mère d'un enfant de 8 mois. Elle arrive délicate et ne voulant pas prendre trop de place, nous remerciant d'être là. Elle regarde deux enfants qui se lancent un petit ballon. Son enfant que nous appellerons Leo est également très intéressé par cette interaction. Tous les deux appelés par ce mouvement de vie, la mère rapproche Leo de ce jeu enfantin et l'installe en le tenant sur une petite chaise d'enfant. Je viendrai alors simplement lui proposer un tapis au sol pour que Leo puisse être confortable

et qu'ils soient tous les deux plus près de l'interaction qui se joue devant eux. Nous regardons tous les trois la scène. La mère partage avec moi un regard souriant. « J'ai dû rester beaucoup seule avec lui à la maison, c'est une de ses premières rencontres avec d'autres enfants. » Je redonne simplement ses mots à son enfant « Et oui Leo, maman est restée beaucoup seule avec toi à la maison, et tu es très intéressé par les enfants qui jouent aujourd'hui devant toi ! ». Oui, seule. Elle revient sur ce terme et notre échange s'arrêtera ici. C'est une autre mère qui prendra le relais pour lui parler elle aussi de son vécu de solitude.

Elles me paraissent bien importantes, ces maisons avec ou sans murs qui permettent d'accueillir des îlots de solitude ou des bouts de corps et de pensées qui ne peuvent plus faire lien entre eux. Ils me paraissent bien importants, ces lieux de résistance qui permettent encore qu'on puisse être tranquilles, rêver et vivre, en essayant de croître et de grandir dans un espace partagé. En espérant qu'ils continuent à résister, je vous remercie.