

j'ai mal à la théorie docteur

(ou ma théorie sur la théorie)

J'aimerais dans ces quelques lignes vous livrer le fruit de ma réflexion sur l'importance de la théorie en Eleuthéropédie. Ce projet fait suite à la réunion des formateurs de février dernier, pendant laquelle nous avons réalisé un premier travail d'analyse de l'enquête sur l'image perçue de l'Eleu.

A cette occasion, nous avons découvert que la théorie était un point qui apparaissait régulièrement chez les membres parmi les aspects gênants associés à l'image de l'Eleu. Ou encore parmi les éléments à laisser de côté lorsque l'on veut présenter notre activité. Cela alors que de tels résultats n'apparaissaient pas du tout chez les formateurs.

Face à ce hiatus, nous nous sommes posés pas mal de questions et avons pris conscience qu'il y avait là un retour fait par les membres que nous devons entendre sur notre pratique ! Nous avons alors formulé plusieurs hypothèses pour tenter de comprendre les possibles causes de ce constat. De même, nous avons lancés les bases d'une réflexion commune autour de la façon dont la formation théorique pourrait être repensée et facilitée.

Pour ma part, j'ai choisi d'écrire cet article sur le sens et les particularités que je reconnais à la formation théorique dans notre pratique de l'Eleuthéropédie. J'espère ainsi renouveler le rapport que j'ai avec elle et me l'approprier de façon plus consciente. Mais aussi partager mon cheminement avec vous dans l'espoir qu'il vous sera utile pour vous forger votre propre opinion à ce sujet.

Une particularité de taille : la pris en charge de soi-même

Pour commencer, il me semble que dans beaucoup d'approches thérapeutiques et de développement personnel, la formation théorique est essentiellement destinée aux praticiens.

Ceux-ci s'y forment pour acquérir des capacités qui leur permettent d'aider des individus dans un cadre donné. La théorie y est mise au service de l'acquisition de compétences en vue de pouvoir prendre en charge autrui. Ce n'est d'ailleurs pas une mauvaise chose et je trouve rassurant que l'on puisse compter sur des psychothérapeutes formés et compétents quand le besoin s'en fait ressentir.

Si la *prise en charge des individus* varie selon les approches (la prise en charge d'un coach de vie n'étant bien sûr pas la même que celle d'un psychothérapeute rogérien), l'Eleu marque quant-a-elle un véritable renversement à cet égard. En effet, ce que nous visons c'est un maximum de *prise en charge de soi-même* et tout le cadre de l'Eleu tend dans ce sens ! Je pense entre-autres exemples à la façon dont nous sommes invités à nous raconter dans les entretiens en partant de ce que nous avons fait. Ou encore à la manière dont nous cherchons à agir sur notre environnement pour lutter contre une oppression dans les étapes de libération. Il s'agit bel et bien là d'être davantage acteur et d'oser s'assumer dans ce rôle.

Suivant la même idée, la théorie m'apparaît comme un élément du cadre qui participe pleinement à la prise en charge de soi-même. Si je souhaite m'impliquer et profiter au mieux

des différentes possibilités de la formation pratique, j'ai besoin de connaissances sur lesquelles je puisse m'appuyer ! Ma liberté passe par l'exigence d'un certain niveau de formation théorique si je ne veux pas juste m'en remettre à d'autres qui savent pour moi, voire me retrouver l'objet du savoir de l'autre. Il s'agit dès lors de me construire mes propres références pour penser de façon de plus en plus autonome et nourrir le sens que je donne à ce que je fais, plutôt que d'attendre que ce sens me soit donné de l'extérieur.

C'est pourtant bien un mouvement qui m'est familier que celui d'attendre l'expertise d'autrui. Et je dois reconnaître que je suis encore bien souvent tenté par cette facilité lors de nos réunions. Mais quelle autre richesse pour moi quand, partant de ce que j'ai appris, je peux relire mon expérience à travers des points de vues différents et les partager alors avec d'autres pour encore plus m'en enrichir et me transformer.

La réciprocité

La réciprocité m'apparaît comme un autre fondement majeur de notre pratique lié à la formation théorique. De fait, que ce soit dans la facilitation des ECE ou dans le rôle d'écouter lors des entretiens, nous assumons réciproquement la *responsabilité d'une aide offerte à l'autre*. Ce n'est pas rien ! Pour remplir au mieux cette position, nous avons besoin d'un certain bagage. Il me semble ainsi qu'à minima, tout un chacun doit connaître les procédures et en comprendre suffisamment le sens avant d'accepter d'endosser de tels rôles.

De plus, et bien que je lui attribue une très grande valeur, je pense que l'expérience concrète que nous gagnons au fil des entretiens et des exercices, ne peut se suffire à elle-même. Il me semble ainsi que j'offre à mon partenaire une aide d'autant plus efficace si je peux faire grandir le sens que je donne à mes interventions. Mais aussi si je peux faire évoluer ces dernières grâce à une meilleure compréhension de ce que j'y fais.

Je me demande également si nous ne voyons pas parfois la dimension intellectuelle de l'Eleu représentée par la théorie, comme un obstacle à l'expérience affective et interpersonnelle, au feeling et à l'intuition. Alors que c'est selon moi une grande part de la fonction de la théorie que de rendre possible une relation d'entraide réciproque de qualité. Dans le sens où elle permet de donner un cadre conceptuel à nos interventions, qui vient en éclairer et en soutenir le sens. Je crois ainsi qu'il n'y a pas lieu d'opposer pratique et théorie, mais bien de mettre l'une et l'autre en dialogue pour les enrichir mutuellement.

Je peux ainsi y trouver le moyen de prendre du recul sur mes habitudes pour les transformer et faire évoluer ma pratique au profit d'une écoute ou d'une facilitation plus efficace. Plus grande sera cette capacité et plus chacun des partenaires pourra s'impliquer au mieux dans la relation d'entraide réciproque. D'autre part, la formation théorique permet, pour celui qui raconte, de comprendre ce que fait celui qui écoute. Il peut plus facilement y donner intellectuellement du sens et reprendre à son compte ce que fait son écoutant.

Enfin, je vois dans le bagage théorique que nous partageons et construisons tous ensemble, les conditions d'un langage et d'une compréhension communes qui garantissent la possibilité de la réciprocité entre les membres.

Me transformer

Je crois fermement qu'il est possible de se construire dans un rapport créatif et vivant à la théorie. Ainsi, parmi la somme d'informations que j'ai lue, vue, entendue depuis mon enfance, il me semble que celles que j'ai retenues et avec lesquelles je me suis nourri, sont celles auxquelles j'ai vibré. Celles au travers desquelles j'ai transformé les représentations que j'avais de moi-même et du monde. Et finalement, celles avec lesquelles je me suis bougé. Il en est de même en Eleu où la théorie m'apparaît aussi comme un moyen de modifier mes points de vue et par là même de renouveler le sens que j'attribue à ce que je vis. La découverte et la compréhension d'un point théorique y fut pour moi plus d'une fois l'occasion d'un bouleversement intérieur, quand, au travers d'un « ah ah » j'ai fait l'expérience d'un regard nouveau dans lequel je n'étais plus le même.

J'aime ainsi voir la découverte d'une théorie comme une rencontre avec de *l'autre*, une ouverture à la nouveauté d'une pensée que je n'ai pas encore découverte. Que vais-je alors faire de cette façon de penser différente? Entre attraction et répulsion, vais-je l'idéaliser ou m'en effrayer et la rejeter? Tenter de l'assimiler à du déjà connu : « Ah oui, c'est comme... » ? La laisser là de côté et voir à plus tard, à un jour, et peut être à jamais ? A moins que je n'ose m'y confronter, doucement en laissant résonner ce à quoi je m'étonne, je comprends, je m'émeus et finalement ce à quoi j'adhère ou non.

De plus, si elle n'est pas toujours source directe de changement, la théorie en est cependant bien souvent le point de départ, le feu vert intellectuel à la possibilité d'un changement. Par exemple, c'est seulement si je comprends la différence de sens existant entre la bienveillance et la gentillesse, que je peux alors sans doute davantage oser un jour dire un « non », en cherchant à faire preuve de bienveillance, au risque de ne pas paraître gentil...

Pour conclure

J'espère que ce travail d'écriture dans lequel j'ai visé à resituer la théorie dans les trois dimensions que sont la prise en charge de soi-même, la réciprocité et le changement vous sera utile pour questionner votre propre rapport à la théorie. Je souhaite en cela que ma réflexion puisse être une occasion pour nous encourager les uns et les autres à échanger le plus librement possible sur ce sujet.

Je reconnais que la théorie de l'Eleu n'est de prime abord pas des plus facile à penser. A bien des égards, elle demande de réaliser des déplacements de points de vue qui tranchent avec ceux dans lesquels je suis le plus souvent baigné. J'y suis ainsi invité à passer de l'objectivation de moi-même et du monde, à une plus grande conscience et manifestation de ma subjectivité au travers de mon agir et de mes habitudes. J'y apprend à me raconter plutôt qu'à me décrire et je tente d'y emprunter d'autres chemins que l'aristotélisme et le dualisme... Mais au-delà de ces exigences, elle possède à mes yeux une très grande cohérence interne dont je ne me lasse pas de découvrir de nouveaux aspects et de mesurer la pertinence, l'utilité et l'originalité.

Pierre Gérard, Namur (2015)