

*La connaissance de soi.
Un mirage de la psychologie ou une expérience herméneutique?*

Jacques Quintin
Université de Sherbrooke

Résumé

Cet article porte sur la difficile question de la connaissance de soi. À partir de la pensée de Hans-Georg Gadamer, nous tenterons de montrer que l'on peut parler de soi sans qu'il ne soit nécessaire d'en faire un objet de connaissance tributaire d'une méthode relevant de l'objectivisme qui cherche à montrer les mécanismes qui déterminent le soi. Nous montrerons que si le soi existe, c'est dans un rapport médiatisé par le langage et autrui, de sorte qu'il ne se tient pas à la source du sens, mais qu'il est plutôt un effet de sens qui se dégage dans un jeu de questions et de réponses où s'installe une distance vis-à-vis de soi.

Cet article porte sur la difficile question de la connaissance de soi. Mais peut-on vraiment parler de soi comme d'une donnée qui se dresserait devant nous, telle un objet; comme prêt à être exposé à notre regard, et peut-être même manipulé dans un cadre de thérapie? Autrement dit, peut-on parler de soi sans s'engager soi-même? Peut-on comprendre quelque chose qui relève de soi à partir de la perspective du savoir objectif? Étant donné que la science se tient à une certaine distance de son objet, la science est-elle en mesure de comprendre quelque chose à l'expérience de soi? Cette expérience de soi n'est-elle pas justement quelque chose qui se refuse à une saisie extérieure, voire même à une visée constructive? Toute explication de ce que nous sommes nous transforme en autre chose, de sorte que le soi n'est plus le soi, mais une explication et une construction de la science. C'est la raison pour laquelle il est si difficile de dire ce qu'est le soi, car on le traduit dans un langage qui n'est pas nécessairement le sien. La psychologie ne devient-elle pas une forme de folie lorsqu'elle insiste pour développer une conception rationnelle de soi?

Au moment de son essor, la psychologie s'est fondée en une science rationnelle dans laquelle le soi est conçu comme une entité privée séparée du monde extérieur. Elle repose sur le dualisme cartésien qui pose un sujet de l'expérience, soit le sujet pensant, et un objet de l'expérience, soit la chose étendue, tous deux étant séparés l'un de l'autre présupposant deux substances permanentes et essentielles. Au tournant du XIX^e siècle, la psychologie a

été saturée des idéaux du positivisme, lesquels se caractérisaient par une pauvreté de langage lorsque venait le temps de décrire l'expérience de soi¹.

Cependant, il ne faudrait pas croire que tous les obstacles qui viennent obstruer notre connaissance de soi reposent sur les présupposés de la science. Déjà, Aristote reconnaissait l'ampleur de la difficulté en doutant de la possibilité de se connaître par soi-même. Dans *Magnia Moralia*, Aristote affirme que :

Apprendre à se connaître est très difficile [...]. Et un très grand plaisir en même temps [...]. Mais nous ne pouvons pas nous contempler nous-mêmes à partir de nous-mêmes : ce qui le prouve, ce sont les reproches que nous adressons à d'autres, sans nous rendre compte que nous commettons les mêmes erreurs, aveuglés que nous sommes, pour beaucoup d'entre nous, par l'indulgence et la passion qui nous empêchent de juger correctement. Par conséquent, à la façon dont nous nous regardons dans un miroir quand nous voulons apprendre à nous connaître, c'est en tournant nos regards vers notre ami que nous pourrions nous découvrir, puisqu'un ami est un autre soi-même. Concluons : la connaissance de soi est un plaisir qui n'est pas possible sans la présence de quelqu'un d'autre qui soit notre ami; l'homme qui se suffit à lui-même aurait donc besoin d'amitié pour apprendre à se connaître soi-même (1972, 1213a, p. 14-26).

Gadamer, grand lecteur d'Aristote depuis 1923, suite à sa participation au séminaire donné par Heidegger sur l'*Éthique à Nicomaque*², résume la position d'Aristote de la manière suivante : « Nulle part la tromperie n'est-elle plus facile et plus naturelle que dans la connaissance de soi, mais nulle part ne signifie-t-elle autant pour l'être de l'homme lorsque cette connaissance de soi réussit. » (1960/1996, p. 68)

Nous avons vu qu'une des premières difficultés pour la connaissance de soi repose sur le fait que le sujet et l'objet se posent séparément. Une autre difficulté, qui découle de la première, est que le sujet connaissant et l'objet de la connaissance sont confondus. Le sujet connaissant se confond avec l'objet de la connaissance, c'est-à-dire s'identifie à lui, se perd en lui. Ce faisant, le sujet connaissant s'oublie et oublie du même coup que le soi est avant tout un rapport pratique.

Le soi n'existe que dans un rapport à soi et, comme nous le verrons, ce rapport est médiatisé par le langage et autrui. Il ne s'agit pas dès lors d'un soi immortel et même éternel qui se tiendrait au fondement de soi. S'il paraît y avoir un soi, c'est au niveau expérientiel. Nous en prendrions connaissance seulement dans l'expérience quotidienne, dans ses effets.

Si, à partir de la fin du XIX^e siècle, la psychologie et la philosophie se démarquent par des différences, il existe aussi une proximité entre elles. Une même préoccupation lie ces deux formes de savoir que nous retrouvons sur le fronton du temple de Delphes consacré à

Apollon : « Connais-toi toi-même », γνώθι σεαυτον. Cette maxime, Socrate en fera une injonction.

On pourrait définir la psychologie comme un ensemble de discours à caractère scientifique qui viseraient une explication de l'être humain (de ses pensées, de ses émotions, de ses comportements, de ses actions) en démontrant la présence ou l'absence de l'intériorité, en mettant à jour les mécanismes de la pensée, de la volonté, de l'action, et en instaurant une exploration de soi par l'introspection.

Quant à la philosophie, c'est un ensemble de questions qui interrogent le sens des choses. Ces grandes questions s'organisent autour d'un sujet, quelqu'un qui questionne et désire comprendre; autour d'un objet, quelque chose que l'on désire comprendre; et autour d'un acte qui relie le sujet à l'objet. Ces grandes questions sont, d'un point de vue théorique, des interrogations sur la réalité qui se divisent en deux sous-ensembles d'interrogations : Qu'est-ce que la réalité extérieure et objective où l'on se demande ce qu'est l'être, pourquoi l'existence, pourquoi quelque chose plutôt que rien? Et qu'est-ce que la réalité intérieure et subjective où l'on se demande qui nous sommes, pourquoi nous existons? Avec ces questions, on se demande comment nous avons accès à la réalité ou encore comment la réalité se donne à un sujet. Ce sont des questions de vérité. D'un point de vue pratique, ces questions gravitent plutôt autour du problème de l'articulation : comment la pensée humaine s'articule-t-elle autour de la réalité? Ce sont des questions qui s'interrogent sur les notions de bien et de justice.

Héraclite disait que le conflit, πόλεμος, est la mère de toutes les choses. Hegel, de son côté, disait que la séparation est la source de la pensée philosophique. Quant à Heidegger, il a mis l'emphase sur la différence ontologique. Pour Gadamer, toute l'entreprise d'une herméneutique philosophique consistera à réduire l'écart entre le sujet et l'objet, entre le « je » et le monde.

Le psychologue Lawrence Kohlberg, à la suite de Piaget, a développé la théorie du développement moral en trois étapes : une étape préconventionnelle, une étape conventionnelle et une étape postconventionnelle. De la même manière, il existe une structure isométrique entre la psychogenèse et les questions philosophiques. Le premier niveau est celui où les enfants se posent la question de savoir ce qu'est la vie. Le deuxième niveau est lorsque l'on se demande quelle est notre place dans la vie ou ce que l'on vient faire dans tout cela. C'est la question existentielle et très angoissante des adolescents (on pourrait d'ailleurs s'interroger sur la relation à faire entre ces questions reliées à l'adolescence et le taux élevé de suicide que l'on retrouve chez ceux-ci). Enfin, le troisième niveau consiste à se demander comment des événements qui surviennent autour de soi viennent s'intégrer dans l'ensemble de notre vie. Souvent, les gens vont se demander, en parlant d'événements plutôt dramatiques, par exemple une maladie incurable, ce que cela vient faire dans leur vie. En parlant de maladies ou de catastrophes, les gens diront souvent : « Je n'avais vraiment pas besoin de ça dans ma vie », ce qui signifie que c'est trop, qu'ils

n'ont pas de place pour cette nouvelle situation. Bref, ils ne savent pas quoi faire et se retrouvent ainsi démunis. On aura compris que lorsque l'on est frappé durement par le troisième niveau de question, selon la force des événements et des questions, la situation réactivera les questions précédentes de sorte qu'une personne frappée, disons, par le cancer pourra très bien se demander ce qu'elle vient faire dans cette vie-ci et peut-être même mettre un terme à sa vie en guise de réponse. D'autres s'interrogeront sur le sens de la vie, cela apportant un nouveau regard sur leur vie.

Bref, il arrive qu'il y ait des événements qui s'intègrent plus difficilement à notre existence, au récit que nous nous faisons de notre vie. Puisque ces événements bouleversent notre vie, c'est tout notre univers de sens qui s'en trouve bouleversé. Devant ces événements, ou bien on fait de la philosophie ou bien on consulte en psychologie. Si on fait de la philosophie, c'est que l'on croit avoir en soi toutes les ressources nécessaires pour surmonter ses conflits. Si on décide de consulter en psychologie, c'est que l'on n'arrive pas à utiliser ses propres ressources. Par conséquent, le travail thérapeutique, comme le faisait déjà si bien Socrate, consistera justement à mettre en valeur ces ressources souvent enfouies dans la personne. On pourrait dire que le travail de la thérapie consiste à rendre manifeste la pensée philosophique qui nous porte, et à redonner confiance à cette voix que l'on entend à l'intérieur du langage. À cet égard, reprendre confiance en soi, c'est accroître le travail de la pensée et du langage, où il ne s'agit pas de penser à soi, mais d'être pensé par l'existence et le langage.

Mais revenons à notre adage du début : « Connais-toi toi-même ». Si je dis « connais-toi », c'est une injonction qui ne pose pas trop de problèmes, sauf si l'on est allergique à l'autorité. C'est le « toi-même » qui pose un problème. Comment puis-je me connaître à partir de moi-même si, au départ, je ne me connais pas? Comment puis-je me servir d'un instrument, en l'occurrence « toi-même », si j'ignore son mode de fonctionnement?

Que signifie-t-on exactement lorsque quelqu'un dit à une autre personne « toi-même »? On veut sûrement dire que la personne doit compter seulement sur soi, sur rien qui pourrait lui être étranger, pour accéder à soi à partir de l'expérience de sa propre subjectivité. D'aucuns conviendront facilement que nous tournons en rond. Et si justement tourner en rond ne signifiait pas justement la perfection dans son rapport à soi? Nous y reviendrons.

Qu'est-ce qui arrive lorsque l'on fait l'expérience de soi? Il arrive que l'on pense. Descartes, un rationaliste, mais aussi un phénoménologue, disait : « Je pense, donc je suis », *cogito, ergo sum*. Descartes aurait très bien pu dire : « J'existe, donc je pense », « Je me pense en train d'exister » ou encore « Je me pense en train de penser », et mieux « J'existe parce que je me pense existant ». Autrement dit, « j'existe parce que je me comprends selon la catégorie de l'existence ». Ceci nous renvoie à Aristote, qui disait que l'on comprend l'être de plusieurs façons, *το ον λέγεται πολλαχώς*, de sorte que l'on comprend le monde selon des catégories de la pensée. Kant, au XVIII^e siècle, disait à son tour que l'on comprend le monde selon les structures *a priori* de l'esprit. Par exemple, si je

perçois la causalité, c'est que mon esprit est conditionné d'avance pour percevoir la causalité, de sorte que c'est l'esprit qui projette cette notion de causalité sur les phénomènes extérieurs, ceux-ci n'étant que l'occasion pour l'esprit de projeter. Aujourd'hui, les sciences cognitives travaillent dans le même sillon, car si on devait résumer ce qui se fait à l'intérieur de ces nouvelles sciences, on pourrait dire que c'est un ensemble de sciences qui s'interrogent sur notre façon de catégoriser le monde. Comment se fait-il que le divers nous apparaisse toujours dans un certain ordre?

Ainsi, notre accès à la réalité, comme l'articulation entre notre pensée et la réalité, n'est pas direct. Même lorsqu'il s'agit de soi, nous n'accédons pas à soi directement. Notre accès à la réalité, plus spécifiquement notre réalité subjective et son articulation avec le monde qui l'entoure, est médiatisé par des concepts, par des catégories. C'est ainsi que notre accès et notre articulation sont médiatisés par le langage, lequel possède sa propre histoire et sa propre culture.

Gadamer s'oppose à une conception linguistique du langage qui serait une compréhension instrumentale transformant le langage en un simple moyen de communication régi par un système de signes mis à la disposition du sujet. Gadamer s'oppose à cette conception subjective du langage dans la mesure où ce serait la pensée ou le sujet qui produirait et utiliserait le langage. « En vérité, aucune réflexion n'est à l'œuvre dans la formation de la parole. Car la parole n'exprime absolument pas l'esprit, mais la chose visée. » (1960/1996, p. 450) Autrement dit, le sujet n'est pas la source du sens. Le sens se donne dans le langage, lequel est structuré comme un dialogue. L'essence du langage est le dialogue, de sorte que c'est le langage qui parle. Le propre du langage ne réside pas dans son caractère logique, mais dans sa capacité spéculative, c'est-à-dire dans sa disposition à montrer ou à faire apparaître.

Nous disions que notre expérience de soi n'est pas donnée dans l'immédiat, qu'elle se donne par l'entremise du langage, lequel est un dialogue auquel se mêle autrui. Aristote disait que nous avons besoin d'amis pour mieux nous connaître. Notre expérience de soi est médiatisée par autrui. Par conséquent, je ne suis pas un sujet, mais une intersubjectivité. Prendre conscience de soi ou se comprendre passe par une conscience élargie, par un regard extérieur, par une distance envers soi. C'est ce que permet le point de vue d'autrui. On pourrait dire que l'on se comprend qu'une fois décentré ou encore dérangé, perturbé. On a besoin des autres pour se comprendre comme on a besoin de la liberté des autres pour être libres et du bonheur des autres pour être heureux. On aura compris que l'on se développe par contagion. Déjà, Aristote disait que l'on apprendait par imitation.

Nous ne savons pas qui nous sommes vraiment. Nous ne le savons qu'à travers les effets du dialogue avec autrui. Quiconque désire comprendre quelqu'un doit, dès le départ, se montrer réceptif à l'altérité de l'autre ou encore à son caractère « étranger ». Ce caractère étranger devient quelque chose qui nous résiste et qui s'oppose à l'intégration de notre monde quotidien fait d'évidences qui ne sont pas questionnées. Au contraire, avec cette

chose étrange, on ne peut pas être lié d'une manière qui serait évidente sans soulever de questions. Autrement dit, ce qui doit être compris n'est pas quelque chose qui va de soi. En ce sens, la compréhension devient une promesse. Ce qui doit être compris doit être exploré, de sorte que les possibilités qui y sont cachées puissent émerger.

Gadamer se montre sceptique à propos de la possibilité de trouver la vérité dans une méthode, dans des catégories ou dans un système de signes; car avec une méthode, c'est tout le poids, la profondeur et l'opacité de l'existence qui sont oubliés. L'existence n'a besoin d'être approchée ni méthodiquement ni par manipulation, mais dans un esprit de soumission docile à ce qui est. Ainsi, notre grande passion de maîtriser le monde en le soumettant à la rationalité scientifique doit être mise de côté. Nous devons consentir à être stupides. Ce genre de stupidité, Heidegger le nomme *Gelassenheit*, que l'on peut traduire par « laisser-être » ou par « abandon ». Pour comprendre une chose, il ne s'agit pas de l'attaquer, mais de se soumettre à cette chose, de sorte que c'est l'autre qui établit l'ordre du jour pour savoir ce qui doit être compris, en comprenant que sa position changera dans le cours du dialogue.

C'est ce libre échange entre deux personnes qui constitue pour Gadamer l'essence de la situation herméneutique. Cette situation est trahie si l'interprète ou le thérapeute cherche une sorte de souveraineté dans sa relation avec autrui. La fonction propre du thérapeute est d'éclairer une nouvelle dimension de l'existence humaine, principalement son aspect subjectif. Malheureusement, il peut arriver que nous recevions des réponses objectives et, pire, des réponses réductrices. On n'a qu'à penser au tout génétique, au tout neuronal, au tout biologique, au tout historique. Autrui demande une réponse beaucoup plus complexe que celle exprimée dans un genre d'exercice que l'on appelle « explication ».

Dans une relation thérapeutique, autrui demande à être actualisé à l'intérieur d'un dialogue vivant. Il demande à être sauvé. C'est pour cette raison d'ailleurs que l'on commence une thérapie, pour en sortir sain et sauf, dans la mesure où santé et sauvetage participent de la même racine latine, *sanus* et *salus*. La personne veut être sauvée de l'aliénation dans laquelle elle se trouve comme simple objet ou, pire, un cas qui justifie à lui-même un appareil conceptuel.

Le thérapeute ne fait pas qu'entendre ce que le patient dit, il doit aussi lire entre les lignes, car ce qui est dit donne accès à ce qui n'est pas dit, mais fait partie intégrante de ce qui doit être rétabli. C'est seulement de cette manière que l'horizon d'autrui et l'horizon du thérapeute peuvent se rencontrer dans un genre de fusion qui permet à l'événement herméneutique de devenir un moment de révélation. Bref, il ne s'agit pas de reproduire ce que l'autre dit, mais de créer une compréhension, une cohésion entre le thérapeute et le patient. C'est une aventure spéculative qui cherche à libérer autrui de sa captivité pour lui permettre de devenir un agent pour la découverte de la vérité. En ce sens, comprendre ne consiste pas à reconstituer le passé ni l'intention d'autrui, mais à entendre ce qui est dit dans le langage.

La compréhension n'est pas une relation dyadique, mais une relation triadique. Autrement dit, ce n'est pas une simple relation entre un texte et son interprète, entre le thérapeute et le patient, entre un interlocuteur et un autre locuteur, mais une relation entre deux sujets et la vérité à propos de ce dont on parle : la chose. Ainsi, dans un dialogue, on est trois. Même dans les conversations où la chose discutée est la vie mentale ou émotionnelle d'autrui, la structure est triadique. Il y a le thérapeute, le patient et la chose qu'on discute. La compréhension ne consiste pas à comprendre les intentions de notre interlocuteur, mais de parvenir à une meilleure compréhension de ce dont on parle. Alors, comprendre n'est pas une communication des âmes, mais le partage d'un sens. Ce partage, Gadamer le désigne comme étant une fusion d'horizons.

Pour mieux comprendre ce qu'est une fusion d'horizons, allons-y par la négative. Qu'est-ce qui se passe lorsque l'on ne comprend pas? Lorsqu'il y a un désaccord? Lorsque l'on ne comprend pas, on a l'impression que ça n'a pas de sens, que l'on a de la difficulté à réunir les morceaux, que les choses se tiennent à distance, séparées, sans liens. Lorsqu'il y a un désaccord entre deux personnes, ces personnes disent qu'il y a quelque chose qui ne passe pas entre elles, qu'il y a quelque chose qui bloque. C'est ce « quelque chose » qui montre la nature triadique du dialogue.

Lorsque l'on rencontre un patient, la première chose que l'on demande est : « Qu'est-ce qui se passe? » « Qu'est-ce qui ne va pas? » Autrement dit, « qu'est-ce qui ne passe pas? » « Qu'est-ce qui bloque? » « Y a-t-il quelque chose qui ne va pas? » Ici, on insiste sur le « il y a ». Ce n'est pas « je » ni « tu », mais quelque chose entre nous, entre moi et le monde. Ce quelque chose est le « il » que la langue anglaise traduit par « *it* » et la langue allemande par « *es* ».

Lorsque nous devons faire face à un désaccord, que ce soit en thérapie familiale, en thérapie de couple ou dans une négociation, si l'on désire parvenir à un accord, il est préférable de commencer par s'accorder sur nos désaccords. Il s'agit de mettre l'être humain dans l'entre-deux que représente le langage.

Si nous savons maintenant ce que c'est que de ne pas comprendre, qu'en est-il de comprendre? Que disons-nous lorsque nous comprenons? Nous disons que « cela a du sens » comme si tous les morceaux arrivaient à s'emboîter les uns dans les autres pour former un tout cohérent. « Cela a du sens » signifie que l'on saisit la réalité comme une totalité où tout est lié, de sorte que ça devient clair et intelligible. Ça devient révélateur parce que chaque partie du tout renvoie à quelque chose d'autre. Appliqué à soi, lorsque l'on dit « je me comprends », on signifie que l'on se saisit comme un tout dans lequel tout ce que l'on pense, ressent et fait est lié à quelque chose qui organise ces parties de notre vie. Ce quelque chose qui organise notre vie, qui l'organise comme une totalité, c'est le sens.

Par contre, il arrive souvent, pour ne pas dire toujours, que ce sens se laisse échapper en partie comme s'il était fluide et volatile. La totalité de notre vie se brise au même titre que notre identité. Cela crée un malaise, voire une maladie. Gadamer se réfère au médecin grec Alcmeon, qui disait que les gens meurent physiquement et psychiquement (les Grecs ne font pas la distinction) parce qu'ils n'arrivent pas à rejoindre les deux bouts du cercle, le commencement et la fin. C'est la figure du cercle qui se brise. Dans ce cadre de pensée, guérir consistera à recoller les morceaux, non pas en les plaçant comme ils étaient auparavant, mais selon un ordre différent.

Prenons l'exemple du deuil, que cela soit la perte d'une personne chère, la perte d'une illusion profonde ou la perte d'un emploi que l'on appréciait. Qu'est-ce qui arrive? Il arrive la même chose que si on enlevait un chapitre d'un roman. C'est bouleversant, car si l'on ne fait rien, le roman risque de devenir partiellement incompréhensible. On doit alors réécrire le roman en partie ou en totalité, selon l'importance du chapitre manquant, pour qu'il puisse retrouver un sens.

Le fait de devenir amoureux peut aussi nous servir d'exemple pour illustrer notre propos. Lorsque l'on tombe amoureux, cela vient bouleverser notre vie, sauf que cette fois-ci nous devons intégrer dans notre roman, dans notre récit de vie, des éléments nouveaux. On assiste à une nouvelle dimension qui vient transformer la totalité de notre vie. La seule manière d'arriver à un équilibre, à la santé, c'est de parvenir à maintenir cet acte créatif qui consiste à créer un ordre différent à chaque fois que l'on se transforme, à chaque fois qu'il y a des événements nouveaux à intégrer dans notre existence, à chaque fois que l'on se temporalise.

Nous sommes tous des écrivains qui écrivons le récit de nos vies avec sa part de ressemblance et de fiction. Il ne viendrait à personne l'idée de prendre ce récit pour une exactitude. Mais si nous nous délectons à lire des romans et des histoires de vie, c'est qu'ils sont porteurs de signification, soit un autre type de vérité qui donne à penser. Mais il se pourrait que nous éprouvions le besoin de recevoir de l'aide pour écrire notre vie. De là la pertinence de lire pour prendre du recul, ou de voyager. Les écrivains sont souvent des lecteurs avides et des voyageurs ou encore des exilés. Mais à défaut de voyager, d'apprendre une nouvelle langue, on peut toujours consulter pour se dépayser.

Lorsque l'on cherche à se comprendre, qu'est-ce que l'on fait? On se bat avec le langage. On cherche ses mots, et l'on utilise d'autres mots. Lorsque l'on suit une thérapie, il arrive que l'on réapprenne à parler en apprenant un nouveau vocabulaire. Puisque nous sommes des énigmes, nous sommes une question pour nous-mêmes, ce qui nous confronte à un non-savoir. En réalité, que fait cette question? Elle nous transporte au-delà de nous-mêmes. C'est pourquoi Gadamer dira que l'on se découvre toujours contre soi-même ou encore dira-t-il que comprendre, c'est toujours comprendre différemment.

Le sens que nous accordons à notre existence est évanescant justement parce que notre condition humaine en est une de finitude. Nous sommes incapables d'immortaliser un sens quelconque. Il n'y a que Dieu ou les œuvres d'art qui arrivent à immortaliser un sens. De là, la ressemblance de l'artiste avec Dieu ou le caractère divin de la créativité. Quant à nous, nous ne cessons jamais d'interpréter les œuvres, de la même manière qu'un artiste n'est jamais satisfait de son œuvre. Il doit toujours recommencer. Ceci n'est donc pas la marque d'une compulsion consistant à la répétition. Cela montre plutôt que la quête de sens est infinie, qu'elle est une création continue qui s'effectue dans le temps, de sorte que c'est l'œuvre du temps qui crée le sens, le maintient et le dissout.

Faire l'expérience de soi, c'est faire l'expérience du temps. C'est le temps qui nous fait, qui nous maintient et qui nous défait. Cela ne relève pas de notre volonté, mais de quelque chose qui nous dépasse et qui nous décentre. À cause du temps, je suis toujours désaxé, pour ne pas dire un pervers, comme si nous étions une perversion ontologique. C'est pourquoi même s'il existe une herméneutique cognitive, il y a surtout une herméneutique existentielle. C'est l'existence, le temps qui crée du sens. Nous, nous en sommes seulement les témoins, nous qui cherchons à amener cette création du sens au partage dans un dialogue. Cette perversion implique que l'on ne se connaît pas. L'être humain est une profonde énigme pour lui-même et pour les autres, ce qui en fait un étranger. L'herméneutique philosophique devient l'élucidation de cette existence étrange qui se tient parmi les évidences de toutes sortes.

En raison de la temporalité, notre rapport à soi ou notre connaissance de soi est faite d'instabilité. Cette instabilité est ce qui nous rend libre de la domination de nos pensées, de notre passé, de nos préjugés. Par contre, cette liberté ne nous rend pas détachés du monde. Elle permet seulement de nous transformer, d'amender notre propre compréhension de notre histoire de vie. Elle favorise une expansion de notre compréhension, de sorte que l'on acquiert une vision de plus en plus large, de plus en plus intégrée. C'est pourquoi, pour Gadamer, la vérité est une expérience d'intégration à une totalité toujours en expansion.

Notre rapport à soi n'est jamais tout à fait clair. Il y a toujours une part d'ombre qui nous tyrannise, qui nous force à nous comprendre différemment. Puisque la connaissance de soi n'est jamais complète et qu'elle est toujours à recommencer, elle est un drame. C'est pourquoi on a besoin des autres pour mieux se connaître, comme si on ne s'entendait pas parler. C'est à se demander si le recours à une intervention thérapeutique n'est pas justement fondé sur une ontologie de la finitude. C'est ainsi que l'on a souvent besoin des psychologues qui exercent la fonction de miroir. En se faisant réfléchissant, ce n'est pas tant le psychologue qui reflète, que le langage qu'il utilise. C'est donc le langage qui fonctionne comme un miroir ou encore comme une image. Ce qui est représenté, *das Dargestellte*, vient à soi-même, à son être même. « Il subit un accroissement d'être. » (Gadamer, 1960/1996, p. 171) Dit autrement, le langage possède une structure spéculative. Ici, le spéculatif se définit comme étant un terme qui désigne un type de relation que l'on

retrouve dans le miroir, où l'on perçoit un échange continu (Gadamer, 1960/1996, p. 491).

Le travail du miroir n'est pas de fournir une copie conforme de ce qui existe, mais d'effectuer un travail d'interprétation qui vise l'excellence : Gadamer dirait un surplus d'être. Pour mieux saisir cette réalité, on peut se servir de la métaphore du jeu – telle que Gadamer l'utilise dans son œuvre – qui est de nature dialogique illustrant la structure commune entre le jeu et la compréhension (Gadamer, 1995, p. 142).

La notion de jeu ne correspond pas à un comportement humain. Pour Gadamer, la notion de jeu est « une totalité dynamique *sui generis* » qui englobe la subjectivité des joueurs. En fait, le sujet s'insère à l'intérieur d'un espace ludique, comme si cet espace existait bien avant nous, où « quelque chose en vient à dominer », de sorte que le joueur est dominé par le jeu du prendre et du donner. Ce qui domine est « un mouvement dans une direction déterminée [qui] répond à un mouvement dans une direction opposée » (Gadamer, 1995, p. 140). Le sujet est soumis à un mouvement, et par le fait même, il est saisi par la légèreté du jeu.

Prenons l'exemple du skieur. Le skieur, lorsqu'il descend la montagne, répond aux exigences de la montagne, comme si la montagne demandait au skieur ce qu'il pouvait faire en raison de ses expériences passées. En jouant ainsi avec la montagne, en dialoguant avec elle, le skieur se mêle à la montagne, comme la montagne se mêle à son tour au skieur. Le bon skieur sera celui qui aura réussi à descendre la pente dans une entente parfaite avec la montagne. Il aura fait l'expérience d'une grande unité. Il aura l'impression de faire un avec la montagne, de sorte que la montagne se fait oublier comme le skieur s'oublie lui-même dans le dialogue qu'il a établi avec la montagne. Que reste-t-il si la montagne et le skieur se placent en retrait pour faire place à la compréhension? On assiste à « quelque chose qui relève du hasard, de la grâce, de la surprise, enfin aussi de la légèreté » (Gadamer, 1995, p. 143). Dans cet état de grâce, le skieur s'élève dans les airs au-dessus de lui-même. Il se retrouve dans « un état d'équilibre sans pesanteur » (Gadamer, 1995, p. 140).

La vérité se déroule selon le modèle du jeu. Le jeu du sens ou de la compréhension est le vrai sujet, et non pas les joueurs qui y participent. Au contraire, le joueur se perd dans le jeu, de sorte que c'est dans l'oubli de soi ou la perte de possession de soi que l'on se connaît le mieux. Être soi, c'est être saisi par le jeu de la question et de la réponse, par un jeu de va-et-vient entre le skieur et la montagne. Ce jeu reproduit un mouvement qui donne de l'expansion à notre horizon. C'est dans le jeu que je suis à mon mieux et que j'apprécie le plus l'existence pour ce qu'elle se donne, pour ce qu'elle me donne à vivre et à voir. C'est dans le jeu que je me comprends le mieux, que je saisis le mieux qui je suis : un être qui imagine, qui vit au-delà de lui-même dans un autre monde : le monde de la pensée où se joue le jeu du soi.

L'être humain, en raison de la part d'ombre qui l'habite, se laisse agir par le jeu de la question et de la réponse, par le jeu du sens, ce qui en fait un patient. C'est pourquoi l'être humain est essentiellement un chercheur, un être à la recherche de soi. Ce soi n'est pas une notion, un concept ou encore une entité qui attendrait d'être découverte. Ainsi, puisque le sens n'existe pas en dehors de sa représentation et qu'il n'existe pas en soi, on peut dire que le sens n'apparaît que dans sa représentation, même si cette représentation est toujours partielle. Ceci suggère que la vraie compréhension de soi n'est pas le produit d'un esprit désengagé qui s'opposerait au monde, mais émerge plutôt à travers un engagement créatif envers ce que l'on cherche à comprendre.

L'herméneutique, comme le travail thérapeutique, vise à réduire l'écart entre ce que l'on sait de nous et ce que l'on ne sait pas. Mais, paradoxalement, cette réduction s'effectue lorsque l'on en augmente la tension ou la distance. C'est lorsque l'on réussit à prendre du recul vis-à-vis de soi que l'on se connaît le mieux. C'est lorsque l'on reconnaît le non-savoir de soi-même que l'on commence à se connaître. Disons que notre rapport à soi est un rapport problématique, et la tâche de la philosophie est de maintenir ouvert ce rapport problématique dans lequel on est étonné de notre existence et de notre liberté. Il s'agit, comme Socrate, de se connaître comme une personne qui sait qu'elle ne sait pas. Mais la reconnaissance de notre ignorance, qui est liée intrinsèquement à notre condition humaine, est le début d'un rapport humanisant envers soi-même et les autres.

Le soi est avant tout une expérience. Le soi n'est plus simplement un objet de la pensée, mais colore la pensée elle-même. Le soi est une activité qui cherche à se comprendre comme soi, lequel utilise la pensée comme scène d'apparition. La pensée elle-même dans sa recherche est le soi. Lorsque la pensée prend conscience que le soi n'est plus simplement un objet de la conscience, mais qu'elle est elle-même le soi en tant qu'activité de recherche à la question du soi, alors il n'y a plus de distinction entre le sujet et l'objet. C'est dans la question que surgit le soi, car à partir de la question, je réalise, je prends conscience, de ce qu'est le soi, donc je réalise le soi, je le rends tangible et réel, de sorte que le soi est quelque chose qui advient.

Dans l'acte de faire retour sur soi se dessine la figure du cercle qui forme un tout. Comme l'expérience de la vérité, l'expérience du retour sur soi est une expérience d'intégration à une totalité, sauf que cette totalité n'est pas fermée, mais ouverte, car dans l'acte même du retour, je perturbe la belle totalité. En posant mon regard sur cette totalité, je la mets en mouvement. J'apporte quelque chose de nouveau, j'injecte du sang neuf, car j'apporte mon aventure le long du cercle, mon histoire. Lorsque le cercle s'agrandit, mon horizon s'agrandit. C'est aussi mon existence qui prend de l'expansion : le sentiment de l'existence s'en trouve accru et fortifié. Ce retour sur soi n'est pas un retour à soi comme un retour à domicile tel Ulysse qui rentre à la maison après avoir surmonté plusieurs obstacles. Le retour sur soi n'est pas un geste neutre, un simple geste de contemplation tel un amour platonique. C'est un geste bouleversant qui ne nous laisse pas indifférent. Le travail de la psychologie se lie au travail herméneutique dans la mesure où ils instaurent un retour sur

soi et développent l'autocritique. C'est l'acte de faire un retour sur soi qui autorise Descartes à poser un « je » de sorte que le « je » n'apparaît qu'après coup. Le soi n'est qu'un effet. Il est l'effet de quelque chose qui se passe bien avant nous. Au début de notre propos, nous disions que le sujet n'est pas celui qui institue le sens. Nous pouvons dire maintenant que le sujet est formé par le sens qui se dégage du jeu de la glisse.

Platon, dans le texte du *Charmide*, montre qu'il existe une parenté entre la connaissance de soi et le bonheur, dans la mesure où le soi et le bonheur ne sont pas des entités, mais des états; plus précisément une atmosphère de légèreté. Cette atmosphère est de nature métaphysique et spirituelle. Elle est ce dans quoi nous baignons. En fait, il n'y a pas de soi, mais seulement un état, une humeur joyeuse, une atmosphère qui s'apparente à la légèreté du jeu. Cette légèreté, on ne peut pas en connaître tous les aspects, mais on peut la sentir. C'est une question de goût. Tout ce jeu entre le skieur et la montagne, entre le « je » et le monde, demande une sagesse pratique qui s'est perdue au XVIII^e siècle, lorsque les vertus de la science et de la technologie étaient trop appuyées.

Cet état d'âme en est un de fête. Comme chez les Grecs, il y a une sorte d'isométrie entre la fête, les jeux et les manifestations sportives. Cet état d'âme dans lequel on s'abandonne en est un de liberté conquise. Être libre, c'est se tenir dans cet entre-deux, entre la pensée et son objet, entre le skieur et la montagne. Ce n'est pas pour rien que l'on parle d'être libre comme l'air. Être dans cet entre-deux, c'est être devant soi, c'est être ce devant quoi l'on s'étonne.

Le soi est pudique. Il se tient caché. Il n'aime pas s'exposer au grand jour et se mettre sur le devant de la scène. S'il devait monter sur scène, il monterait muni d'un masque, d'où le fait que pour les Grecs, l'acteur est un hypocrite, et plus tard pour les Romains, un personnage. Il est celui qui répète les mots que l'on lui met dans la bouche, mais pour redire ces mots, il doit commencer par les entendre et les interpréter. Si l'acteur ou l'être humain respire, c'est bien parce qu'il entend quelque chose qui lui souffle le texte. Il reçoit son identité, son âme, *anima*, d'un autre que soi.

Saint Augustin disait qu'il savait ce qu'est le temps, mais que si on le lui demandait, il ne le savait plus. On peut dire qu'il en va de même avec soi. Nous savons qui nous sommes, mais si on nous demande de dire ce que nous sommes, on ne le sait plus, comme s'il y avait quelque chose en nous qui nous échappait. Augustin disait : Je suis devenu une question pour moi, *Quaestio mihi factus sum*. On ne se connaît pas, mais cela ne nous empêche pas de nous penser.

Si le soi de l'être humain n'est qu'une humeur, une atmosphère, il nous est permis de croire que le meilleur accès à cette humeur est peut-être la rêverie. Certes, le soi se donne dans le langage, mais encore mieux dans le langage poétique, dans l'œuvre d'art. Nous pourrions même dire qu'il se donne surtout dans le silence, car il est lui-même silence. Ainsi, il n'y a

de soi que de soi réfléchi, pensé et senti dans l'intimité des choses. Ce soi, cette atmosphère de légèreté et cet état de grâce, c'est ce en quoi l'individu se voit et se reconnaît.

Références bibliographiques

- Aristote. (1972). *Magna Moralia*. Cambridge, Massachusetts : Harvard University Press.
- Gadamer, H.-G. (1976/1996). *Vérité et Méthode* (P. Fruchon, J. Grondin & G. Merlio, trad.). Paris : Seuil. (Oeuvre originale publiée en 1960/1990).
- Gadamer, H.-G. (1995). *Langage et vérité*. Paris : Gallimard.
- Gadamer, H.-G. (1996). *La philosophie herméneutique*. Paris : Presses Universitaires de France.

Notice biographique

Jacques Quintin est docteur en philosophie. Il enseigne présentement l'éthique clinique à la Faculté de médecine et des sciences de la santé de l'Université de Sherbrooke. Ses intérêts se situent à la jonction de la phénoménologie, de la philosophie herméneutique et de la relation de soin pour redonner à l'être humain le pouvoir de sa subjectivité, de son jugement et de sa créativité, dans la compréhension et la détermination de sa propre existence. En 2005, il a publié, aux éditions Liber, *Herméneutique et psychiatrie. Pouvoirs et limites du dialogue*.
jacques.quintin@USherbrooke.ca

Notes

¹ On reconnaît cependant que les sciences cognitives, en outre les neurosciences, mettent de l'avant des conceptions du soi qui viennent remettre en question le dualisme cartésien de la pensée et du corps.

² Si pour Whitehead toute l'histoire de la pensée philosophique consiste en une série de notes en bas de page de l'œuvre de Platon, c'est pour Bernstein toute l'entreprise herméneutique de Gadamer qui peut être interprétée comme une série de notes en bas de page de sa rencontre avec Aristote. Cf. Bernstein, R.J. (1983). *Beyond objectivism and relativism*. Philadelphie : University of Pennsylvania Press, p. 146.