

VERSION FRANÇAISE

Valentin Husser, *Savoir Devenir. Libérez-vous du piège de l'échec. Guide pour réussir votre vie personnelle et professionnelle*. Paris: les Éditions Sydney Laurent 2018, 244 pages, 18,90 €

Je formulerais la traduction allemande du titre de ce livre français de la façon suivante : “L’art de devenir. Libérez-vous du piège de l’échec. Guide du succès dans votre vie personnelle et professionnelle.”

Lorsque je lis ce livre encourageant et pratique, je ressens de la joie. Premièrement, parce que je le comprends très bien (bien entendu, j’ai du chercher les termes inconnus dans le dictionnaire). Deuxièmement, parce que l’auteur, né en 1948 (et membre du “Réseau de Logothérapie”, association de logothérapie française, créée et gérée par Anna-Maria Stegmeier), ne parle pas de manière abstraite, académique, mais plutôt “avec une aisance française”, très concrète, en parlant de sa vie, des chocs existentiels qu’il a vécus, ainsi que des expériences avec les nombreuses personnes qu’il a accompagnées en France et au Rwanda. Le concret, décrit ici, avec le philosophe français Gabriel Marcel (1889 - 1973) peut être décrit comme “la morsure du réel (*sic.*), le réel”, qui touche toujours et interpelle la personne qui pense, qui ressent et qui agit. L’auteur comprend parfaitement comment aborder la valeur élémentaire et spécifiquement humaine (Max Scheler), qu’on retrouve chez les humains.

Apprendre à ressentir plus profondément sa propre valeur en tant que personne spirituelle, telle est l’idée principale de ce livre. Une deuxième idée essentielle : apprendre à reconnaître et à accepter pourquoi la vie vous a choisi (p.71). Lorsqu’on lui demande qui il est et dans quelle perspective il s’adresse au lecteur, l’auteur écrit : “J’accompagne les personnes qui sont à la recherche d’une solution à leurs problèmes existentiels, et qui veulent donner une nouvelle direction à leur vie. Je travaille également avec des groupes des domaines médical et social, et depuis 2009, je conçois, dans la région Alsace - Grand-Est, un programme de réinsertion professionnelle des seniors (p.8).

Husser a suivi une formation en logothérapie avec Anna-Maria Stegmeier. Sa rencontre avec Viktor Frankl a signifié un grand tournant dans sa vie. Avant cela, après une enfance et une jeunesse difficiles, il a connu l’abandon, l’échec professionnel et privé, ainsi que le désespoir. Certaines lueurs d’espoir se sont finalement révélées être des illusions. Tous ces événements l’ont forcé à échapper à une chaîne de confusion dans sa vie, lentement et avec difficulté, par l’autocorrection, et avec beaucoup de patience et de persévérance. Husser a donc pu surmonter son propre échec avec l’aide de personnes mûres, qui l’ont accompagné “au bon moment”. De plus, sa formation en psychologie et en logothérapie l’ont aidé à retrouver plus de clarté en lui-même.

C’est en 2015 que V. Husser dirige une délégation européenne au Rwanda, en tant que vice-président de l’ALF (Association des Logothérapeutes Francophones). Cette information permet de comprendre les nombreuses références au Rwanda présentes tout au long de l’ouvrage. Pour rappel, de nombreux conflits ethniques localisés ont touché le Rwanda depuis 1959, qui a débouché sur un horrible génocide en 1994 qui a décimé environ un million de Tutsi en trois mois (les détails sur cet événement sont consultables sur Wikipedia, sur la page nommée “Génocide des Tutsi au Rwanda”).

On peut aisément imaginer à quel point ce tragique événement impacte encore le pays, qui compte aujourd'hui environ 11 millions d'habitants. C'est dans ce contexte que la logothérapie a été apportée au Rwanda, par la psychiatre allemande Eva Roettgers. Cette dernière a trouvé l'accomplissement de sa vocation en offrant une aide par la logothérapie aux populations locales après le génocide, écrit Husser (p.12). Il a lui-même participé à plusieurs reprises à la formation à la logothérapie des employés de l'association Caritas, formation donnée par les logothérapeutes rwandais qu'il présente dans son livre.

Dans les six chapitres de son livre, il écrit avec sensibilité, et toujours de façon pratique sur la compréhension de l'échec (chapitre 1), comment surmonter l'obstacle de l'échec (chapitre 2), il donne sept façons d'éviter l'échec (chapitre 3), donne une conclusion (chapitre 4), une évaluation (chapitre 5), et des textes de méditation (chapitre 6). Enfin, une partie Remerciements est consacrée aux personnes qui l'ont aidé. Dans la suite de ce texte, je vais résumer, de façon abrégée et avec mes propres mots, quelques réflexions proposées par le livre.

Le chômage est associé au sentiment d'avoir perdu son importance sociale, son *utilité sociale (sic.)*, mais cette situation n'a pas à être permanente. Elle peut être changée par un renforcement de la confiance en soi, et des initiatives concrètes (p. 16f). Dans le même temps, le lecteur va prendre conscience de l'expérience sensorielle associée au fait que quelqu'un peut et doit apporter une contribution dans un contexte de travail, et ce, jour après jour, de façon naturelle, mais aussi pour gagner de l'argent. Après un échec, on peut avoir l'illusion d'être en enfer. Résister à cette idée est très important pour la stabilité mentale. Il est important de savoir dans quelle proportion on a échoué, et surtout que l'on n'est pas programmé pour échouer. Nous ne sommes pas des robots, dit l'auteur, et nous ne devons pas nous laisser dominer par les pensées négatives. Dans une certaine mesure, nous y sommes conditionnés, en effet. Pourtant, nous avons la capacité de sortir de la prison des pensées négatives (p. 27). Le renforcement de l'estime de soi joue ici un rôle majeur, et Husser décrit en détail comment ce renforcement peut et doit être encouragé, dès la petite enfance. Il voit les choses de cette façon : La faible estime de soi nous indique que "nous n'avons pas encore pris conscience de notre valeur, mais c'est l'occasion de redécouvrir qui nous sommes et de *nous rebrancher sur nos valeurs (sic.)*" (p. 33). Et si le sentiment d'évanouissement dure plus longtemps, dit l'auteur, nous pouvons atteindre un nouveau niveau d'intériorité, en apprenant lentement à nous concentrer sur l'essentiel (p. 49). Tout comme le thème principal d'un morceau de musique classique, le motif de la confiance, de la confiance en soi et de la confiance en la vie revient dans presque tous les chapitres de ce livre, formulé de différentes façons. Pour Husser, cette confiance en soi s'éclairera et se confirmera le jour ou chacun trouvera son "maître intérieur" (p. 114). Il croit également au "pouvoir de défi de l'esprit". Rappeler le "maître intérieur" est un merveilleux et important indice. La réflexion suivante, que je citerai sous forme abrégée, est également à noter. L'auteur donne fréquemment des conférences et des séminaires, concernant la logothérapie et Viktor Frankl. Il arrive qu'après son intervention, certains auditeurs viennent le voir et lui disent quelle partie de la conférence a trouvé une résonance dans leur esprit. Husser considère que ce dialogue entre l'orateur et son public est très précieux, ce dernier peut ainsi recevoir des commentaires, et l'auditeur peut lui confier ce qui l'a remué.

Toutes ces pensées et réflexions sont illustrées par de nombreuses études de cas et descriptions de situations tirées de la vie réelle, et de la pratique. Valentin Husser apparaît comme un homme de dialogue, avec une profonde compréhension des situations d'échec humaines et concrètes, mais qui va aussi faire preuve d'empathie et proposer tout d'abord une aide psychologique et logothérapeutique concrète. En lisant ce livre, on peut sentir encore et encore que l'auteur a vécu beaucoup de choses, et qu'il a longtemps réfléchi sur ses expériences, et avec son cœur.

Le fait que Valentin Husser se montre reconnaissant m'a également touché. Sur deux pages, il énumère les noms des personnes qui l'ont aidé dans sa vie. Parmi elles, la Présidente de la DGLE, Anna-Maria Stegmaier, apparaît également dans ce passage : *(en français dans le texte) "Je dois gratitude aussi à Anna-Maria Stegmaier qui, à la demande de Viktor Frankl, a initié la formation à la logothérapie en France. Sans la formation à cette pensée féconde et ses concrétisations, je n'aurais pas pu aller plus loin dans mon travail de thérapeute"* (p. 238). Cette partie n'a pas été simplement citée comme décoration de la présente critique. Elle vise plutôt à sensibiliser les lecteurs au fait qu'une propriété intellectuelle (ici, originellement émise en allemand) doit être transportée et transférée dans une autre langue. Ce travail concerne des personnes parlant couramment les deux langues (ici, l'allemand et le français). Souvent fastidieux, ce travail, qui relève principalement des traducteurs et des interprètes, est rarement perçu et apprécié à sa juste valeur. Valentin Husser fait partie des rares personnes dont l'oeuvre a trouvé une grande résonance dans mon esprit. J'ai l'espoir que dans un futur proche, les plus jeunes du domaine de la logothérapie, aussi bien en France qu'en Allemagne, rechercheront la proximité "avec le voisin". L'Europe peut en effet avoir grandement besoin de ces personnalités bilingues. La proximité entre l'Allemagne et la France, à tous les niveaux, est particulièrement importante pour l'Europe d'aujourd'hui. Et grâce à la connexion et au réseautage, la logothérapie peut apporter une contribution précieuse à cette proximité.

Je tiens également à remercier Peter Suchla, le rédacteur en chef de la revue des logothérapeutes allemands Existenz und Logos. Lorsque j'ai eu l'idée de lire ce livre afin d'en faire une critique pour ce magazine, il a facilement accepté la publication d'une critique sur un ouvrage en français, sans doute pour la première fois.

(Dr. Otto Zsok, Fürstfeldbruck, 5 mars 2019. Mail: otto@zsok.de)