

# Les portes de la liberté

Hervé Etienne

Le film *Gravity* d'Alfonso Cuarón met en scène un parcours dont l'objectif se révèle être la naissance à soi. Ce périple représente le travail psychique et existentiel qui se fait dans la vie et... lors d'une thérapie.

## Liberté et sécurité

La sécurité est un des besoins fondamentaux de la personne. Peu après la conception se produit la nidation : l'utérus maternel est censé être un lieu protecteur permettant à la vie de se développer. Sécurité et protection sont essentielles dès le début de la vie. Grandir consiste à s'affranchir de ces protections, à perdre des sécurités autrefois indispensables. Liberté et sécurité ne vont pas dans le même sens. En thérapie, la liberté consiste non seulement à changer mais aussi à désirer, choisir et agir.

Au début du film les personnages évoluent dans un scaphandre : ils se sentent en sécurité, ils sont protégés. Rien ne peut leur arriver. Comme l'enfant dans le ventre de sa mère, les personnages sont reliés les uns aux autres et à la Terre par les liaisons radio. Un fil invisible les relie les uns aux autres, une harmonie semble régner. L'espace, qui pourrait être un milieu hostile, semble tout à fait sécurisé. C'est une aire de jeu. Certains racontent des histoires, peut-être toujours les mêmes. C'est une aire de travail pour d'autres. C'est presque comme à la maison. Les règles et les lois régissant l'activité des personnages assurent un cadre agréable et donnent une impression de sécurité totale. Que pourrait-il leur arriver ?

Pourtant l'imprévisible existe et une catastrophe se produit : la destruction d'un satellite, une explosion. Des débris sont mis sur orbite, des projectiles incontrôlables et destructeurs atteignent une vitesse prodigieuse. L'espace autrefois sécurisant devient inquiétant, terrorisant.

La liberté disparaît avec la destructivité, le cadre est brisé. Les débris, dérivant dans le cosmos, symbolisent l'imprévisible et l'incontrôlable qui provoquent les traumatismes, les blessures, ce qui est subi par la personne, ce qui détruit le désir. Pour se protéger, trouver les moyens de s'en défendre, se cacher, fuir, tous les mécanismes de défense à disposition sont indispensables. La survie devient le seul objectif. La liberté de la personne disparaît alors et avec elle, désirer, choisir, agir. Ne restent que se protéger, se sauver, réagir.

Le traumatisme et la blessure ne favorisent pas les liens, ils les mettent à mal, ils peuvent même les couper. Se sauver peut aller jusqu'à perdre tous ses compagnons comme Ryan dans le film *Gravity* ou comme Ulysse pendant son Odyssée. Se sauver peut conduire à couper un lien que l'on estime vital comme le lien entre Ryan et Matt dans le film. Se sauver peut conduire à la solitude, à être seul au monde.

## Vide et isolement existentiel

Dans un premier temps, avant l'explosion du satellite, la relation au vide est sous contrôle et se retrouver seul dans l'espace est impensable. Lorsque la catastrophe se produit, la capacité des techniciens restés sur Terre à dominer l'événement est réduite à néant. Les cosmonautes se retrouvent face au vide, ce dernier étant aussi une représentation de l'isolement existentiel. La panique fait son entrée sur la scène des affects : la maîtrise est perdue. Une question se pose : quelle est, face au vide, la relation de la personne avec ses objets intériorisés et quelle est la qualité de ce lien ?

La disparition de ses compagnons et la perte du contact radio avec la Terre réduisent Ryan à un isolement interpersonnel. Géographiquement, elle est loin de tous, seule survivante d'un désastre.

Elle est aussi coupée de son monde interne et de ses objets. Lorsqu'elle écoute la radio, un homme parle sans pouvoir l'entendre vraiment et comprendre ce qu'elle est en train de vivre, des chiens aboient, un bébé pleure, cet homme chante une berceuse. Ces sons la bercent, elle s'apprête à mourir. Elle se dissocie d'une partie d'elle-même. Elle n'a plus accès à certaines parties de sa conscience, elle étouffe ses sentiments et ses désirs. Elle régresse. Au cours de sa thérapie, la personne va contacter ses angoisses les plus archaïques, alors qu'elle vient en séance pour aller mieux.

## **Mort et isolement existentiel**

Nous apprenons que l'existence de Ryan a été parsemée d'événements traumatiques : fuir n'est pas quelque chose de nouveau pour elle, c'est un refuge depuis le décès de sa fille. Allongée dans le fauteuil du satellite, dans l'incapacité de penser, elle fuit sa propre personne. Elle se sent en morceaux, et « mourir aujourd'hui » est un possible existentiel. Elle accepte la mort.

Comment retrouver son intégrité quand on est pratiquement coupé en deux ? C'est l'objectif d'une psychothérapie. Un abîme existe entre Ryan et ce qu'elle croit savoir faire. Elle est séparée du monde, les voix du monde proviennent de personnes qui ne peuvent pas l'entendre, elle est dans l'incapacité de communiquer avec qui que ce soit. La confrontation avec la mort (de ses compagnons de mission), comme l'approche de la liberté (elle commençait à ressentir du désir pour Matt) l'ont plongée dans ce gouffre. L'isolement existentiel n'est-il pas aussi un puissant mécanisme de défense par rapport au désir ?

La séparation d'avec Matt symbolise l'existence d'un abîme entre elle et les autres, sa disparition dans l'espace en souligne la dimension infranchissable. Elle est séparée du monde, et depuis longtemps sans doute. Les kilomètres au volant de sa voiture après son travail, avec la musique pour ne pas penser, sont l'expression manifeste du souvenir du traumatisme qui l'isole du monde des vivants.

Lorsque Ryan prend conscience de la réalité de sa mort (quand elle coupe l'arrivée d'oxygène), elle appréhende qu'elle – et uniquement elle – peut vivre ce moment. La terreur sidérante dans laquelle le traumatisme l'avait plongée s'estompe.

## **Liberté et isolement existentiel**

Dans l'espace, il devient indispensable de devenir responsable de soi. Savoir respirer, savoir économiser son oxygène, savoir se déplacer, savoir se repérer, savoir se diriger, savoir piloter, tous ces apprentissages fait avec d'autres doivent être intériorisés, même les paradoxaux : « décoller égale atterrir ».

Ryan les connaît mais ces objets ne sont pas vraiment intériorisés en elle. Elle compte sur les autres, et sur Matt en particulier. Son rêve va la mettre en contact avec son monde interne. C'est un moment de rupture avec l'isolement intra-personnel. Ce rêve lui révèle qu'elle peut veiller sur elle-même, devenir un bon parent capable de vivre cette solitude-là. « La responsabilité implique la paternité assumée de sa vie » (Yalom 2008, p. 491). Ryan se donne la vie, sa vie. Nous avons reçu la vie de nos parents, mais avons-nous osé penser, comme Goethe nous le suggérait, que ce qui nous a été légué, nous devons aussi l'acquérir : « Ce que vous avez hérité de vos ancêtres, il faut le mériter par vous-même autrement, ce ne sera jamais à vous ».

Yalom pense que : « La conscience d'être le créateur de sa vie implique d'abandonner la croyance en l'existence d'un autre qui nous crée et nous protège. La solitude profonde est inhérente à l'acte d'autocréation » (Yalom, 1988, p. 491).

Après son rêve, Ryan se met au travail. Elle fait usage de ses capacités sensorielles et intellectuelles, expression de la « liberté positive » (Fromm, 2010, p. 136). Elle commence à reconstruire son lien au monde. Elle passe de l'abandon de sa liberté (son état psychologique avant le rêve) à la liberté positive. Fromm relie l'abandon de la liberté à une solution névrotique qui, selon lui, « apaise une anxiété insupportable et rend la vie possible en

évitant la panique ; bien qu'elle ne résolve pas le problème sous-jacent et que le prix à payer soit une vie qui souvent consiste seulement en des activités automatiques ou compulsives » (Ibid., p. 137). La vision de Fromm permet de voir de quoi était faite la vie de Ryan depuis l'irruption du traumatisme et l'importance du choix existentiel qu'elle vient d'effectuer.

## **Croissance et isolement existentiel**

Le trajet parcouru par Ryan, avant de se trouver dans le module qui lui permettra de regagner la Terre, symbolise toutes les séparations qui sont nécessaires pour qu'une personne puisse acquérir sa maturité. Mercurio parle des différentes spirales que l'on traverse et retraverse, Bion d'oscillation entre la position schizo-paranoïde et la position dépressive. Chaque fois, Ryan traverse des angoisses d'effondrement (Winnicott parle d'agonies primitives) et de perte pour avancer vers son but : revenir sur Terre.

Si le traumatisme primaire est celui de la naissance, s'attacher et se séparer sont les tâches qui permettent à la personne de se développer, de grandir, de surmonter la peur qu'elle peut avoir de la vie. Vivre n'est-il pas un risque ?

Les traumatismes de la vie nous font sentir et vivre douloureusement qu'une relation n'est pas un remède miraculeux contre l'isolement existentiel. Se confronter seul ou avec l'aide du groupe à l'isolement existentiel est un moment essentiel de la construction d'une personne. Tout déni de l'isolement nous conduit à ce que Fromm appelle « le monde de l'avoir » (pouvoir, besoin de fusion, bénéficier de toutes les protections indispensables, arriver au sommet et être le meilleur afin d'être adulé). L'idéal de perfection serait la meilleure solution psychique liée au déni de l'isolement.

## **Liberté et décision**

La confrontation à l'isolement existentiel permet de décider, en l'occurrence pour Ryan de revenir sur Terre. La réalisation de son désir l'oblige à projeter des actions. Une décision, sans construction d'actions, n'en est pas une, mais une aventure sans lendemain.

La décision se heurte à la culpabilité : ici, celle de rentrer seule sur Terre, ou encore à une culpabilité existentielle : celle de ne plus avoir vécu depuis la mort de sa fille. Ryan ne sera libre que lorsqu'elle se sera affranchie de cette culpabilité. Elle aimera penser à sa fille, elle ne voudra plus céder à la tentation du renoncement.

Elle décidera alors de s'aimer pour pouvoir aimer et être aimée. C'est le sens fort que je donne aux dernières images du film : elle décide de sa vie, elle sort seule de la capsule spatiale, elle nage vers la plage après s'être dé faite de ses habits de spationaute, elle rampe sur le sable, et se met sur pied, seule. Elle n'est plus dépendante des liens avec les personnes qui voudraient la prendre en charge, comme les opérateurs qui lui parlent depuis Houston.

Le changement qui s'exprime par l'action constitue l'objectif du thérapeute. L'action est déclenchée par le désir, la volonté entre en scène comme processus poussant à agir. Pour aboutir, cette dynamique nécessite un engagement de la personne avec le risque de réussir ou d'échouer. Changer est un but dans le processus thérapeutique et il constitue l'acquisition de libertés nouvelles.

## **Bibliographie**

- BION Wilfred R., 1965, *Transformations*, Paris, PUF, 1992  
FROMM Erich,  
– 1941, *La peur de la liberté*, Lyon, Parangon/vs, 2010  
– 1976, *Avoir ou être*, Paris, Robert Laffont, Réponses, 2004  
MERCURIO Antonio, 1998, *La vie comme œuvre d'art*, Rome, SUR  
YALOM Irvin, 1980, *Thérapie existentielle*, Paris, Galaade, 2008