

La quête et l'éveil de la perception par l'art et la création... au travers du prisme des mythes

« J'ai pour la vie l'intérêt d'un déchiffreur de charades »

Fernando Pessoa

Les mythes traitent souvent des questions qui se posent dans la société qui les véhicule. Ils ont un lien direct avec la structure religieuse et sociale du peuple, mettant souvent en lumière une quête ou, plus directement, la quête d'un héros que l'on pourrait qualifier de « transgression » (Prométhée, Ulysse, Icare...).

Le mot quête vient du latin *quaerere* : rechercher, demander, questionner. Toute quête est donc bien recherche, enquête, mais, en même temps, demande et questionnement. L'homme, être de langage, insatisfait par essence, mendiant sublime toujours en quête, aspire à ce qu'il n'a pas, voire à ce qu'il ne pourra jamais avoir (l'absolu, l'infinitude, l'éternité). Et il ne cesse de s'interroger sur le monde, les autres et lui-même. Quête de l'absolu, de l'idéal, de l'inaccessible étoile, du saint Graal, de l'eldorado, de l'utopie, de la perfection. Quête d'identité, de racines, de l'équilibre, du merveilleux, de l'amour, du bonheur. Quête de soi.

L'homme est perpétuellement en quête de lui-même, il est à jamais à lui-même sa propre énigme, comme l'humanité est à elle-même sa propre énigme (souvenons-nous de l'histoire d'Edipe et du sphinx). La création, au premier chef, artistique et singulière, est toujours également quête de soi, et souvent, comme dans les mythes, associée à la naissance, à l'origine, à une recreation du monde, à une séparation, à une fondation, à une transformation, à un début ou une fin, à un temps primordial, à une célébration, à un rituel. Elle se rapporte au passé, au présent, au futur. Elle est, comme un mythe, difficile à cerner, tant sont complexes les fonctions attribuées à celui-ci dans les sociétés archaïques et traditionnelles. N'est-elle pas enfin objet de transgression permanente quand elle veut, comme Prométhée, apporter le « feu » aux hommes ?

UN VOYAGE HÉROÏQUE INTÉRIEUR

Transgresser, c'est en quelque sorte franchir le Rubicon éthique ou moral, ne pas respecter une loi, ne pas se conformer à des règles considérées comme acquises, intégrées et acceptées de tous, franchir une limite. Mais transgresser c'est aussi combattre, dépasser nos limitations pour non pas simplement « exister » (se tenir au dehors) mais « être » libre de s'affranchir d'une norme existante.

Pour Joseph Campbell : « Nos démons, ce sont nos limitations¹ ». Même si nous avons été gravement meurtris ou atteints par des événements tragiques, et victimes d'actes ou de paroles inacceptables, nous pouvons reprendre en main notre destin. Nous sommes un champ de virtualités que nous avons la possibilité de rendre concrètes dans notre réalité. Même dans des cas où une situation tragique nous est imposée de l'extérieur, il nous est possible de devenir acteur de notre vie. La solution pour Campbell, aussi dure soit-elle, est de « prendre tout ce qui se présente comme si on l'avait choisi² » et d'en extraire le positif. Nous réagissons souvent à ce qui est insupportable dans le réel par une réaction d'isolement, de repli sur soi, dans le groupe de gens qui pensent comme nous. C'est une réaction humaine : on a envie de ne pas être constamment confronté à ce qui est trop différent, trop inquiétant, parce que sinon on se sent remis en cause, ce qui est fragilisant. Le héros, la quête du héros, est une possibilité qui nous est offerte de ne plus nous sentir réduit à l'impuissance dans la société ; il nous est possible de maîtriser notre vie en trouvant un équilibre entre repli nécessaire et ouverture à l'autre. C'est ce que nous travaillons, expérimentons souvent au sein d'un atelier d'art-thérapie pour enfin comprendre que, si nous ne voyons pas le monde comme parfait, ce n'est pas la faute du monde, c'est imputable à chacun de nous.

Campbell nous recommande d'irradier, de faire rayonner à travers nous la lumière qui anime le monde, d'effectuer en quelque sorte un voyage héroïque intérieur pour devenir « un signal pour autrui ».

MYTHES ET INCONSCIENT

Nous savons depuis Jung que l'inconscient n'est pas seulement un ensemble d'instincts refoulés ; c'est une partie essentielle de la conscience humaine. Il contient bien davantage que des pulsions réprimées. Pour Jung, la quête d'un héros consiste à descendre dans les profondeurs de l'inconscient pour en rapporter un élixir inconnu jusqu'ici et faire ainsi grandir la conscience humaine : Jung a été un pionnier de la psychologie des profondeurs. À l'inverse de Freud, Jung soutient que les rêves sont « un processus naturel dépourvu de toute mauvaise intention de nous duper en déguisant des pensées interdites³ ». Il compare des ouvrages de mythologie et réalise que les images présentes dans les rêves de ses patients existent déjà dans les mythes.

Selon Jung et à sa suite Joseph Campbell, il ne faut donc pas seulement interpréter les rêves comme un ensemble de pulsions, mais comme l'expression d'une mythologie personnelle reliée aux grandes légendes du monde entier.

Donc, si certains de nos rêves expriment nos expériences passées refoulées ou niées sous un déguisement acceptable, beaucoup de nos rêves sont avant tout « l'expression d'expériences qui demandent à être accomplies dans un présent ou un futur⁴ », une quête. Sans considérer sa théorie comme absolue, Joseph Campbell pense en effet que Jung est allé plus loin dans la découverte

1. Joseph Campbell, *Le héros aux mille et un visages*, Robert Laffont, 1992, p. 28.

2. Joseph Campbell, *Puissance du mythe*, coll. New Age, J'ai lu, 1999, p. 272.

3. Carl Gustav Jung, *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées*, coll. Témoins, Gallimard, 1967, p. 260.

4. Joseph Campbell, *Les mythes à travers les âges*, p. 182.

de l'esprit humain. Il déclare que « Jung donne des clefs pour comprendre comment laisser le mythe nous parler dans son propre langage, sans poser une formule dessus⁵ ». Jung met en lumière le fonctionnement individuel de notre inconscient, et signale son lien invisible avec les autres esprits humains puisque nous vivons en groupe dans une société donnée : c'est « l'inconscient collectif ». « Cet inconscient général est utilisé pour connaître le fait qu'il y a une humanité commune dans notre système nerveux qui fait fonctionner notre imaginaire⁶ ». Autrement dit, les archétypes (ou images universelles présentes dans les mythes) sont « des formes de l'instinct⁷ », dont nous héritons en naissant, comme des gènes de nos ancêtres.

Plus nous connaissons notre fonctionnement et les différents éléments de notre personnalité, nommés « archétypes », plus nous pourrions en développer le scénario intime pour réaliser pleinement notre vie. Cette lecture psychologique des mythes n'est pas la seule possible, mais elle ouvre de nouvelles portes pour le développement humain. Pour Campbell, « les mythes sont les rêves du monde. Des archétypes qui contiennent les grands problèmes de l'humanité⁸ ». Ils ont alors une fonction autant psychologique que métaphysique. La quête de l'art n'est pas celle du sens, selon Campbell, elle est plutôt de faire l'expérience de cette sensation extatique : « être vivant⁹ ». Le mythe porte un message : tout est lié, relié. Remettre quelqu'un en situation d'expression, c'est l'inviter à suivre une route dynamique et à réaliser des coutures invisibles, à fondre différentes cultures et mythes du monde, à se considérer comme une énigme à lui-même, à redevenir le héros, l'acteur de sa propre vie, curieux des formes qui surgissent de lui.

UNE POSSIBLE ÉLEVATION

Donc l'acte d'expression élargit la conscience. Nous le voyons dans les ateliers d'art-thérapie : ce qui domine peu à peu, ce sont les points communs que chaque individu tisse avec l'autre, mais aussi entre son enfance et ses parents, entre un territoire et un autre, entre l'extérieur et l'intérieur, entre le monde qu'il perçoit et l'invisible. Rentrer en création, c'est introduire un équilibre, mais aussi une fusion harmonieuse entre tout ce qui est, ou n'est pas. C'est construire un chemin avec soi et une quête autant psychologique que métaphysique. C'est découvrir de nouveaux horizons. C'est inventer une mythologie vivante qui donne du sens à notre chemin et nous régénère quand la maladie prend trop de place. C'est oser le chemin, savoir que les dangers sont présents, et que l'aide viendra (comme souvent dans les contes et les mythes). C'est expérimenter la possibilité de vivre un épanouissement, mais aussi un échec ou une grande joie. C'est réaliser une promesse à soi-même. C'est être soi-même sujet de quête.

Pour Campbell, les mythes parlent de l'éternité pour nous faire comprendre qu'elle est déjà de ce monde, ici et maintenant. Ils nous donnent des images

5. Joseph Campbell, *Le héros aux mille et un visages*, ouvr. cité, p. 121.

6. Carl Gustav Jung, *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées*, ouvr. cité, p. 122.

7. *Ibid.*, p. 260.

8. Joseph Campbell, *Puissance du mythe*, ouvr. cité, p. 47.

9. Joseph Campbell, *Le héros aux mille et un visages*, ouvr. cité, p. 22.

pour désigner des lieux situés à l'intérieur de nous : « Tout est en nous : le paradis, l'enfer, les dieux¹⁰ » ; ce sont des « manifestations imagées des énergies conflictuelles du corps ». Dans cette vision, toute ascension ne se fait pas vers le ciel mais en descendant dans nos mystères intimes. Nous le voyons souvent en art-thérapie : toutes les images concrètes du patient sont souvent reliées au monde extérieur, mais c'est la plupart du temps pour nous signaler ce qui se déroule dans sa vie intérieure.

Jésus ressuscite le troisième jour et monte aux cieux sous les yeux de ses disciples. Ce mythe de l'ascension n'est pas à prendre littéralement puisqu'il n'existe aucun lieu géographique correspondant au paradis céleste. Dans l'Ancien Testament, le prophète Élisée rejoint également les cieux, emporté par un chariot semblable à celui d'Apollon quand il entraîne le soleil dans sa course pour donner la lumière du jour aux hommes. Selon Campbell, c'est une métaphore pour évoquer le mystère de notre possible élévation. L'ascension, c'est la possibilité d'un voyage dans nos « profondeurs » jusqu'à la source de notre être ou à la transcendance en nous.

Comment ici ne pas relier cette quête à la démarche de l'art-thérapie qui vise à ce que la personne soit capable de puiser en elle ses forces de résolution, de souligner ses difficultés en les figurant sans même s'en rendre compte, de se recréer. Paul Ricœur souligne que l'homme qui crée vit des « expériences d'éternité¹¹ ». Dans l'accompagnement artistique d'un individu, on va aider l'autre à transformer le regard qu'il porte sur le monde, à le ré-enchanter, à mettre en lumière sa part d'ombre, à engager ce long voyage intérieur qui lui fera mieux vivre l'extérieur et devenir enfin peut-être le héros de ses profondeurs. En allant en soi retrouver le feu sacré, pour l'offrir à la communauté des humains, l'individu redevient, en quelque sorte, un Prométhée pour soi-même et pour les autres.

BIBLIOGRAPHIE

- CAMPBELL Joseph, *Le héros aux mille et un visages*, Robert Laffont, 1992.
CAMPBELL Joseph, *Les mythes à travers les âges*, Le Jour, Montréal, 1994.
CAMPBELL Joseph, *Puissance du mythe*, J'ai lu, coll. New Age, 1999.
JUNG Gustav Carl, *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées*, coll. Témoins, Gallimard, 1967.
RICŒUR Paul, *Temps et récit 2*, coll. L'ordre philosophique, Seuil, 1984.

10. Joseph Campbell, *Puissance du mythe*, ouvr. cité, p. 81-82.

11. Paul Ricœur, *Temps et récit 2*, coll. L'ordre philosophique, Seuil, 1984, p. 290.