

LE SENS DE LA VIE

ALFRED ADLER

Avertissement du traducteur

par le Dr Herbert Schaffer

Le Sens de la vie est le dernier ouvrage d'Alfred Adler et comme le testament de ses idées philosophiques et psychiatriques.

Il avait publié auparavant *Studie über Minderwertigkeit von Organen* (Étude sur l'infériorité des organes). Cette étude contient en germe toute la théorie adlérienne. L'auteur souligne la relativité de la valeur anatomique et fonctionnelle des différents organes, valeur relative qui devient manifeste au contact avec le monde environnant et ses exigences. Cette infériorité cherche sa compensation dans la superstructure psychique de l'individu.

Der nervöse Charakter (**Le Tempérament nerveux**) est l'étude des racines et du développement du sentiment d'infériorité et de sa compensation asociale dans le sens d'une fiction renforcée comme idée directrice de la névrose.

Heilen und Bilden (**Guérir et Instruire**) est consacré au rôle du médecin en tant qu'éducateur et traite du problème si important de l'éducation des parents.

Praxis und Theorie der Individualpsychologie (**Pratique et théorie de la psychologie individuelle**). On trouve dans cet ouvrage un recueil de conférences et d'articles sur des sujets théoriques et pratiques concernant l'étiologie et le traitement des névroses; quelques analyses littéraires, des pages sur la psychologie de l'enfant délaissé, sur la prostitution, des conseils sur l'éducation d'après le concept de la psychologie individuelle.

Menschenkenntnis (1926) (**Connaissance de l'homme**) présente au public les fondements de la Psychologie adlérienne et son utilité pour l'amélioration de nos rapports et de notre commerce avec les hommes, ainsi que pour l'organisation de notre propre vie. L'idée fondamentale de ce livre s'inspire de l'analyse des causes de l'inefficacité ou du manque d'efficacité de nos actions dans la société. Ce manque d'efficacité ressort de l'attitude asociale de l'individu.

Die Technik der Individualpsychologie (1930) (**La technique de ta psychologie individuelle**). Tout art a sa technique. L'auteur s'est attaché à exposer l'art de l'éducation. Une suite de types caractérologiques, de défauts caractériels avec l'analyse de leur structure psychique, leurs erreurs et la technique de leur guérison nous font pénétrer dans l'art si subtil de l'éducateur.

Un très grand nombre de brochures, d'articles, d'essais parus dans différents périodiques témoignent de l'infatigable productivité de cet esprit.

Der Sinn des Lebens (1933) (**Le Sens de la vie**) résume les idées sur la plasticité de la matière organique, sur ses facultés d'adaptation et ses mécanismes de sécurité. Parmi ces facultés se place chez l'être humain la fonction la plus noble de la matière organique : la fonction psychique. L'auteur y expose les lois de finalité, de compensation et de surcompensation qui régissent la vie psychique. Il suit dans son dynamisme la compensation du sentiment d'infériorité, compensation défectueuse avec son cortège de névrose, perversion sexuelle, toxicomanie ou délinquance - ou compensation « réussie » où le développement de l'individu a su « s'ajuster » à la collectivité grâce au sentiment social existant et progressivement croissant. Plus que dans ses œuvres antérieures, Adler insiste sur le sentiment social et sur l'importance du sens de nos responsabilités sociales vis-à-vis de nos semblables. Toute analyse d'une aberration psychique dévoile un défaut du sentiment social. La guérison du névrosé ne se réalisera que grâce à la compréhension de ce fait.

Ce même thème est exposé dans ses œuvres publiées en langue anglaise :

The Science of Living (La science de la vie).

Problems of Neurosis (Problèmes de la névrose).

The Pattern of Life (Le style de vie).

What Life should mean to you (Notre opinion sur le sens de la vie).

Social Interest : A Challenge to Mankind (L'intérêt social : un défi à l'humanité).

Comme médecin, Adler a établi un mode de traitement de la névrose, une technique qui peut être enseignée et un système théorique qui forme un tout homogène, grâce auquel nous pouvons pénétrer dans la structure parfois apparemment si obscure d'une névropathie.

D'une façon générale, on constate aujourd'hui en psychiatrie une double tendance des efforts fournis pour faire progresser cette science. D'un côté l'analyse minutieuse, secondée par des expériences aussi exactes que possible des processus physiologiques et physiopathologiques, de l'autre côté la recherche des lois générales qui commandent notre vie psychique saine - ou morbide. Dans la première catégorie se placent les recherches sur les glandes à sécrétion interne et leur rapport avec les excitations psychiques (sécrétion d'adrénaline en cas de colère), les réactions du système sympathique et parasympathique (pâleur de l'angoisse) et tout récemment encore les belles études sur le thalamus. De l'autre côté c'est la recherche des conditions, le sens de l'apparition du symptôme (pas sa traduction physiologique) et les lois qui régissent ce sens, qui font la préoccupation d'autres chercheurs; parmi eux Adler a été un des pionniers. La névrose est la fuite devant un problème social. Un élargissement du sens social assure sa prophylaxie et la condition de sa guérison. Parfaitement conscient de la dure tâche qu'il s'imposait, Adler a voué son existence et son œuvre à répandre cet enseignement du sens social qu'il considère comme étant la science de la vie.

Sa compréhension suscite d'ailleurs une deuxième question. Puisque le sens social est à la base de toute notre activité psychique saine, il faut que l'enfant soit éduqué dans ce sens : il faut que le développement du sentiment social marche de pair avec l'instruction et la prime même. D'où l'importance d'Adler en tant qu'éducateur.

Comme son illustre prédécesseur Montaigne il voudrait confier l'éducation des enfants à

des précepteurs qui aient plutôt la tête « bien faite » que « bien pleine ». Et il voudrait enseigner à tous comment saisir le sens d'un défaut d'enfant, d'un caractériel, d'un enfant difficile comme étant la compensation asociale d'un sentiment d'infériorité et de ce fait parfaitement corrigible. Simple théorie, dira-t-on! Mais la réalisation de la réforme scolaire qui s'ébauche aujourd'hui un peu partout dans le monde dément cette objection. Influencée ou inspirée des idées adlériennes elle est en pleine marche dans des pays comme les États-Unis ou l'Autriche et elle réclame ses droits dans presque tous les pays d'Europe.

Qu'il s'agisse de l'école expérimentale de psychologie adlérienne de Vienne, aujourd'hui visitée par les pédagogues du monde entier, ou de ce nouveau type de jardin d'enfants, le « Childhouse » à Los Angeles, ou de la maison d'enfants « Adler » à Hamersfoort (Hollande), partout des éducateurs courageux s'efforcent de rompre avec la vieille tradition d'une éducation purement instructive, d'un dressage qui dans les meilleurs cas ne pourra que « gonfler » l'enfant de savoir. Le but de ces institutions est de lui inculquer, au contraire, conformément aux préceptes adlériens, un comportement social en harmonie avec ses possibilités organiques et avec les exigences d'une vie dans la collectivité.

A travers toute l'œuvre d'Adler nous retrouvons ces deux problèmes : comment comprendre la difficulté de tel sujet (problème de la connaissance) et comment agir pour remédier à son erreur (problème de l'action). Concluant de l'individuel au général, partant d'une multitude de cas, Adler établit les lois d'une connaissance de l'âme humaine et nous enseigne les lois d'une conduite dans la vie. Or se poser la question de la connaissance et celle de l'action sur le plan du comportement humain, n'est-ce pas là faire œuvre de philosophe?

Comme dans la vie de l'individu la vie des nations semble réclamer une plus intime collaboration et une meilleure compréhension entre les peuples. Des cendres de cette expérience si douloureuse que fut pour l'humanité la deuxième guerre mondiale renaît comme un phénix après ces années d'activité destructive le postulat inexorable du sentiment social. A ce monde qui désespère de ne pas trouver sa voie, Adler indique un sens de la vie.

Médecin, éducateur, philosophe, Adler représente par son œuvre scientifique si originale et si éminemment pratique un apport indéniable à l'évolution de l'esprit humain.

Le langage de l'auteur est parfois original dans le choix de ses termes, pertinent, aphoristique. Je me suis efforcé de conserver l'originalité du style adlérien tout en l'adaptant aux exigences de la langue française. J'espère y être parvenu et je remercie ceux qui m'ont aidé dans ma tâche : M. P. Vincent, licencié en droit, et le docteur Métayer, dont les conseils m'ont été particulièrement précieux.

Dr Herbert SCHAFFER.