

l'analyse intentionnelle

En effet, si le concept de Conscience en lui-même compr end l'intentionnalité, car la « Conscience est toujours conscience de quelque chose », c'est sa tension vers l'Être qui lui donnera sa for ce de transcendance et lui permettra d'aboutir à l'intuition des Essences dans une sorte de lucidité ontologique extrême.

En Sophrologie, nous donnons toujours une intention à tous nos Entraînements, c'est le *primum* pour que ceux-ci existent réellement pour l'être et soient porteurs de signification. Mais l'intentionnalité, ce qui surgit de la conscience, nous n'en sommes pas maîtres. Nous allons donc assister à l'apparition des phénomènes. En cela, l'alliance préalable par laquelle nous informons nos patients de nos visées, confère une énergie intentionnelle active à la séance radicalement différente de l'attitude transrétentelle passive.

La suspension de tout jugement (épokhé)

C'est l'*épokhé*¹; elle ne veut pas dir e négation mais plutôt ne pas avoir en poc he l'idée *a priori* qui va satisfaire ma solution; effort mental pour se libérer, se débarrasser des différentes théories, des nombreux présupposés.

Mise en avant par les sceptiques grecs, l'*épokhé* est la suspension du jugement, d'un entendement: nous ne nions rien, nous n'établissons rien. Cette suspension est la mise en suspens d'une foi, d'une croyance, de ce qui paraît aller de soi.

Chez Husserl, l'*épokhé* phénoménologique est la suspension du jugement en ce qui concerne le problème de l'existence du monde extérieur, « mise hors circuit » de ce problème. Cette mise entre parenthèses permet l'accès à l'essence des « objets du monde ». Il s'agit de regarder le phénomène comme si c'était la première fois avec le regard de l'enfant qui découvre le monde mais avec la conscience de l'adulte. La phénoménologie se différencie ici clairement de l'attitude naturelle explicative, en quête de concepts, de références et de conclusions.

La mise entre parenthèses. Noèse-noème

Elle permet de focaliser l'objet de la recherche en faisant varier les multiples facettes du phénomène. Elle demande plus de temps, une compréhension suffisamment valable pour atteindre les structures essentielles du phénomène. Pour cette mise entre parenthèses permettant l'accès à l'essence des « objets du monde », la Méthodologie Sophrologique en augmentant nos capacités de concentration-méditation, de perception, facilite remarquablement ce travail de parenthèse.

Une délimitation de l'objet de recherche s'ensuit, **la région phénoménologique** de Husserl.

L'idée de région, d'espace de conscience est fondamentale en phénoménologie. Elle doit être comprise. Un espace de conscience est quelque chose qui se crée dans la conscience, de *novo*. C'est grâce à l'attention portée à la chose et une sorte de disponibilité mentale, de réceptivité permanente aux phénomènes de conscience que va s'opérer progressivement la transmutation de l'avoir en être.

¹ Subst. gr.: arrêt, suspension.

l'analyse intentionnelle

Chaque région phénoménologique se construisant un nouveau territoire de compréhension va s'établir amenant une description phénoménologique précise, à rapprocher de la construction de la Région Phronique en Sophrologie et de la « Description Phronique *Vivante* » (DPV) également appelée plus simplement **Phéno-description**.

Faire varier les multiples facettes du phénomène, les multiples manières dont il peut nous apparaître suppose une conscience nouvelle du rapport sujet-objet.

L'analyse des intentionnalités doit être conduite à travers **la réflexion noématique**, c'est-à-dire la réflexion de la conscience en tant qu'elle s'adresse à un objet intentionnel, relation noématique ou Espace Phronique.

L'analyse intentionnelle ou noético-noématique

Dans la relation réaliste, le sujet capte les caractéristiques de l'objet, dans la relation idéaliste, c'est le sujet qui se projette sur l'objet.

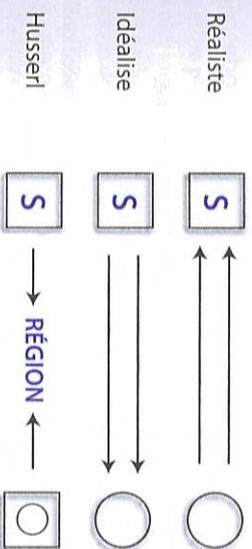


Fig. 8. - Les trois types de relation sujet-objet.

Dans la relation noético-noématique¹ décrite par Husserl, le sujet est responsable, de par sa volonté, du phénomène et permet que chacun du sujet et de l'objet participe d'une certaine intentionnalité.

Noèse et noème² sont les utilitaires de l'analyse intentionnelle dans la mise entre parenthèses et la justification de celle-ci.

- La noèse désigne l'acte même de penser, les traits de la visée même de la conscience; la direction noétique concerne les modalités du *cogito* lui-même, par exemple les modalités de la conscience telles que perception, souvenir, histoire immédiate, caractères de croyance, avec ses différents modes claré, distinction...
- La noème émanée de l'objet, concerne la représentation corrélatrice de la noèse et de son intentionnalité, les traits de l'objet visé; la direction noématique appartient au côté de l'objet intentionnel, c'est la direction de la conscience en tant qu'elle s'adresse à un objet intentionnel.

¹ Période des « Ideen », de 1911 à 1925.

² En grec: *noēsis* et *noēsis*, dérivé de *noein*, penser.

Analyse
Intentionnelle
Noétique
noème

Le Sophrologue doit être un professionnel qualifié par des institutions qui reconnaissent la Sophrologie authentique à la base de sa formation dans son propre domaine d'activités.

Le Sophrologue doit connaître l'état de sa conscience, l'activer en permanence. Ainsi, le Sophrologue doit avoir pratiqué les trois cycles de l'Entraînement Sophrologique et notamment le premier cycle réductif préalable à toute transformation. La suspension du jugement, conditionnée par le retour à la chose elle-même est le support de son objectivité, le fondement de l'Alliance Sophrologique.

4) LE PRINCIPE FONDAMENTAL D'ADAPTABILITÉ

Toutes les techniques et théories qui composent la méthode Caycedo doivent s'adapter à la réalité des patients ou élèves qui la pratiquent et non l'inverse.

Le Sophrologue, qui dirige la méthode, devra réaliser les protocoles spécifiques et les adapter aux différents cas et aux différentes circonstances.

Être capable de conserver un point de vue positif, de gérer le stress et réagir avec créativité au changement et aux nouvelles situations, cette capacité à faire face à la nouveauté traduit une attitude positive face aux nécessités de changements. Le Sophrologue doit accepter de modifier ses habitudes de travail avec souplesse.

Le concept d'Alliance Sophronique

L'Alliance Sophronique¹ désigne la relation spécifique entre le Sophrologue et le Sophronisant et doit être comprise comme un rapport phénoménologique existentiel entre Sophrologue et patient ou élève.

Sa différence avec le concept de « transfert » de l'école psychanalytique

Elle réside dans une différence de conception de la rencontre. En psychanalyse, l'analyste est compris comme le maître, le père, tandis que l'analysant développe une relation d'enfant à parent ou à adulte. En Sophrologie, il s'agit plutôt d'une relation sujet-sujet, adulte-adulte; deux êtres vivants établissent une expérience phénoménologique privilégiée à l'origine d'un espace de rencontre, d'une parenthèse.

L'intentionnalité

C'est dans l'intentionnalité que réside toute la force de l'alliance Sophrologique, c'est par elle que s'établit la différence de nature entre relation transrétentive et alliance. Il est faux de considérer que toute rencontre entraîne un transfert; échapper à celui-ci demande cependant la **volonté (le per-volition des phénoménologues)**; la lucidité et l'intuition pour y arriver. Pour un médecin, par exemple dans une relation thérapeutique, la nécessité du pouvoir médical revient sans cesse, immédiatement dans la logique d'une relation reposant sur le savoir, elle représente souvent la demande la plus visible du patient, sinon la plus profonde. Un travail sur soi-même est donc nécessaire au Sophrologue pour porter la relation sur le plan d'une rencontre existentielle valorisante pour les deux protagonistes; le principe de la réalité objective prend ici toute sa signification. En définissant l'Alliance Sophronique, dans le rapport patient-Sophrologue, il ressort que celui-ci renonce à une attitude dir ective par rapport à son patient ou élève, optant de préférence pour une attitude informative, plaçant ce dernier dans une attitude formative et une ouverture existentielle. On pourrait dire que du Sophrologue est d'apprendre au Sophronisant à exister.

L'Alliance Sophrologique est basée sur le concept noèse-noème

Ce concept a été développé p. 79. La relation noético-noématique se complique du fait qu'il ne s'agit plus à terme, d'un rapport sujet-objet mais d'un rapport sujet-sujet. La conscience du Sophrologue se trouve alors entrelacée avec celle du Sophronisant, d'une part dans la Vivance de son propre phénomène, d'autre part dans la Vivance du phénomène du Sophronisant auquel on doit donner ce nouveau regard phénoménologique, pour que s'établisse le réel de la Vivance.

C'est ici que l'analyse existentielle de Binswanger prend toute sa signification. Nous ne devons pas regarder l'autre comme dans les sciences naturelles à partir de nos propres présupposés sur ce qu'il pourrait être, mais nous devons entrer dans son monde propre, et vivre ce monde, tant que faire se peut, avec lui. C'est à cette condition, du fait de notre volonté, que s'établit l'entrelacement thérapeutique de deux Régions Phroniques et que prend tout son sens l'idée d'**amour** développée par Binswanger:

« ... à l'être-dans-le-monde comme être de l'être-présent per-volition de moi-même, aussi désigné par Heidegger comme préoccupation ou souci, j'ai opposé l'être-au-delà-du-monde comme être de l'être-présent per-volition de nous, désigné par moi comme amour ». (*Analyse existentielle et psychanalyse freudienne*)

L'Alliance Sophrologique, telle qu'elle doit s'opérer dans la perspective de la *Dasein Analyse* de Binswanger, comprend donc un dépassement de la psychanalyse. Il s'agit d'échapper à la vision de Freud, qui a assimilé l'essence de l'homme à un schéma naturaliste avec ses limites propres, pour se placer dans un au-delà de la psychanalyse, intégrant l'homme dans sa transcendance. Binswanger reconnaissait à la psychanalyse sa valeur de recherche pour comprendre « l'âme humaine dans toute sa richesse ». Freud et Binswanger se disent amis mais toute leur vie ne pourra réduire le désaccord fondamental de leurs deux œuvres. On retrouve, dans l'histoire propre de Binswanger, ces deux périodes: la première, durant laquelle il va développer l'analyse d'inspiration freudienne, et la deuxième, à partir de sa découverte de la phénoménologie, durant laquelle il va établir la *Dasein Analyse*.