

**DE LA DESINTEGRATION POSITIVE A L'EMANCIPATION DES DOGMES :
UNE APPROCHE EXISTENTIALISTE DE LA FORMATION DE L'INDIVIDU.**

Mathias Moreau

(SPH / Ecole Doctorale Montaigne Humanités)

1. Introduction.

Le 1 septembre 1902 naît à Klarów, à l'est de la Pologne, Kazimierz Dabrowski. Il est issu d'une famille aisée qui lui permet rapidement d'aller étudier dans la grande ville voisine de Lublin. Le jeune Kazimierz s'intéresse particulièrement à la musique, à la philosophie et à la psychologie. Mais c'est à la médecine qu'il donnera sa préférence.

En 1928, il part à Genève étudier avec Édouard Claparède et Jean Piaget respectivement neurologue et psychologue. L'année suivante il valide sa thèse de médecine sur *Les Conditions Psychologiques du Suicide* et s'intéresse désormais aussi à la pédagogie. En associant les deux disciplines, il devient au fil des années un éminent spécialiste de la psychologie de l'enfant.

La vie de Dabrowski est riche à plusieurs égards. Jusqu'à la fin de son existence, il ne cessera d'étudier et de voyager pour prodiguer ses enseignements en Europe ou en Amérique du nord. Mais c'est sa vie personnelle qui, implicitement, expliquera au mieux le fondement de ses théories.

La Pologne, au début du XX^{ème} siècle, est un territoire soumis à des variations géopolitiques intenses : déplacements de populations, tensions inter-minorités, frontières mouvantes... Il faudra attendre l'après-seconde guerre mondiale pour y voir un semblant de stabilité, tout du moins gouvernementale avec la mainmise de Moscou sur les arcanes politiques. Mais jusque-là, le pays a souffert, peut-être plus qu'un autre. Il a vu ses villes ravagées par la première guerre mondiale, subit la débâcle de ses brigades de cavalerie contre les chars allemands en 1939, vécu la trahison de l'Europe qui l'abandonna lâchement tout comme elle avait abandonné l'Autriche, participé malgré lui à une extermination de masse se déroulant aux quatre coins de son territoire sous la férule nazie puis capitulé suite à l'annexion idéologique par les *bolcheviks*.

Après 1945, la Pologne avait perdu près de 17 % de sa population, soit environ six millions de personnes. Avec la Chine, l'Allemagne et l'Union Soviétique, il fut le pays qui compta le plus de morts. Sa capitale, Varsovie, avait été un symbole de cette furie militaire, de ce qu'avait été la Pologne pendant ce siècle si douloureux. Elle avait été le berceau du courage polonais face aux russes en 1920 et celui de la pire des exactions avec la ghettoïsation des juifs de la ville et leur massacre en 1943.

Pendant toutes ces années et jusque dans les années 50, Dabrowski fut au cœur des événements tragiques de son pays. Il les vécut en tant qu'observateur citoyen de sa patrie assiégée par l'idéologie guerrière de l'Allemagne et du traité de Yalta, mais aussi parce qu'il en subit douloureusement les conséquences dans sa chair. Il raconte notamment comment au sortir d'un raid d'artillerie pendant la première guerre, des centaines de soldats polonais avaient péri dans des combats rapprochés et jonchaient le sol aux alentours de sa ville. Il avait ressenti alors, non seulement l'effroi, mais également une sorte de fascination indescriptible à interpréter les visages gelés des cadavres. Quand certains paraissaient calmes, d'autres montraient la terreur qu'ils avaient certainement vécue.

Sous l'occupation nazie et communiste, Dabrowski fut interdit de pratiquer la médecine et emprisonné de longs mois. Ce qui ne l'empêcha nullement de soigner et d'aider nombre de ses concitoyens eux-mêmes persécutés.

Dans cet article, nous utiliserons le travail de ses recherches pour poser la question fondamentale de l'importance de la physiologie et du traumatisme dans la compréhension du psychisme. Par-delà la question physiologique, se posera également celle des incidences quant à l'éducation de l'individu et de son émancipation du groupe.

D'une guerre à l'autre, d'un interdit à l'autre, d'une discipline à l'autre, Kazimierz Dabrowski, psychiatre, psychologue et poète polonais, construisait lentement ce qui allait devenir la théorie de la désintégration positive.

2. Ce que nous sommes.

Avec Nietzsche, nous affirmons que nous sommes la vie biologique, qu'il n'y a pas de métaphysique et que seule la vie biologique peut être citée comme concept d'affirmation du corps et de l'esprit. Ce qui court en nous et ce qui nous forme ne sont que des échanges de substances diverses entre des cellules tout aussi diverses. La biologie n'est pas compliquée à comprendre somatiquement parlant, il est plus difficile de l'entendre comme projet structurant la *ψυχή*. En Grèce Antique, l'esprit est aussi un papillon qui s'envole comme un souffle dont l'existence – le souvenir ? – perdure et ne retombe jamais. Le psychisme, pour le grec, est donc aussi par extension ce qui ne meurt pas. Mais si le corps meurt du fait d'une physiologie qui s'éteint, comment donc l'esprit, qui nous le pensons est aussi lié à la vitalité de la physiologie, pourrait ne pas mourir ? C'est ici toute l'histoire problématique que l'Homme a toujours entretenue avec l'évidence de la vie cellulaire. L'unicité de la forme de la vie est d'une telle simplicité qu'elle a engendré des tonnes de problèmes. C'est ce paradoxe jamais élucidé qui a fait plonger l'Homme en des tourments qui n'auraient jamais dû exister. L'absence des connaissances scientifiques dans un premier temps, puis l'oubli de ces

mêmes connaissances ont fait que l'Homme n'a pu que difficilement faire naître l'individu. Si difficilement que l'individu n'est jamais assez né pour pouvoir imposer son esprit libre. Car il est un piège qui s'est très vite refermé sur la science naturelle, celle qui concernait le genre humain. Un piège qui a de suite considéré la biologie comme un corps étranger, une sorte de concept auto-immun qu'il fallait évincer de la logique. Ce piège, qui à l'origine n'aurait pu être qu'une simple blague de potache, a finalement vampirisé la science en général, et la biologie en particulier. Car la croyance s'était refermée sur la science, et avec elle s'installait durablement un monde doxastique. L'espoir alors que l'Homme avait pu placer en la naissance de l'individu disparaissait à l'horizon de l'hégémonie naissante du monothéisme. Parce qu'en lui se trouve en majeure partie la cause de la destruction du projet individuel. Alors que l'individu aurait dû se construire en pleine conscience de la physiologie, en pleine connaissance de son naturalisme, il lui était désormais assigné des devoirs de croyances qui foulaient aux pieds la simplicité des échanges cellulaires. Le piège avait fonctionné. Amputé de son homéostasie, l'individu se voyait obligé de délaisser un corps qui n'était plus qu'une enveloppe méprisable pour ne plus penser qu'à l'immortalité de son âme. L'individu mort-né était né. L'individu ne serait jamais. Le fait qu'on lui ôta son corps, qu'on en fit un élément de culpabilité et de péché, le rendit à l'endroit qu'il n'aurait jamais dû connaître : la place détenue par le groupe.

Il y a une corrélation forte entre le fait que l'Homme n'ait jamais compris comment il fonctionnait et le fait tout aussi terrifiant qu'il ne se soit jamais appartenu. Parce que le métabolisme en général et la chimie synaptique en particulier étaient ce qui régissait le monde, il aurait fallu que l'Homme, pour faire naître l'individu, comprenne que la biologie était le $\sigma \nu' \nu \alpha \psi \iota \varsigma$ unique entre corps et esprit. Il n'y avait pas d'un côté le corps puis de l'autre l'esprit comme il fut répété à l'Homme pendant des millénaires, il n'y avait que l'esprit impliqué dans le corps. Les deux mêlés, l'un faisait parler l'autre quand l'autre ne le pouvait pas. S'épaulant ainsi, cet engagement total entre les deux parties était une preuve indiscutable de leur serment inconditionnel pour la vie. Mais la vie débordante, l'exaltation intense et passionnée de quelques thiasés dionysiaques mit définitivement fin à la libre expression vitale. Parce que ces thiasés avaient démontré une puissante libération du corps, le groupe prit peur et le groupe bâillonna l'individu qui composait ces bacchanales.

Le groupe est toujours terrifié à l'idée de la vie exaltée, tout simplement parce qu'elle met en péril la vie censurée du groupe. Le cortège des bacchantes qui met à sac la ville de Thèbes et en pièces le vaniteux Panthée n'est que la représentation de ce qu'est la vie. Les bacchantes sont les femmes exploitées par le roi Panthée, leur corps souffre et leur esprit suffoque de ne pouvoir s'exprimer. La création de l'individu se trouve déjà ici, dans cette invraisemblable expression de ce

qu'est le corps sous l'emprise de l'esprit, se trouve dans le culte de Dionysos, le dieu danseur, de la vigne et de l'humidité, le dieu du renouveau. Cette création provient en grande partie du fait que l'individu trouve une raison de se confondre dans la nature. Car en découvrant qu'il est le vivant, il se mélange aux éléments et comprend que rien ne peut le séparer d'un état naturel¹.

« Des dieux s'exprime une religion de la vie, non pas l'obligation, ni l'ascèse, ni même la spiritualité. Toutes ces formes réelles exaltent du fond d'elles-mêmes le triomphe de l'existence, c'est un sentiment de vie débordant qui accompagne leur culte. Ils n'exigent rien : en eux, l'existant est divinisé, peu importe qu'il soit bon ou mauvais. »

Et cette vérité, cette conscientisation de la vitalité n'est en rien blâmable, car le vivant appartient au vivant. Qui a voulu le taire et pourquoi vouloir le taire si ce n'est pour configurer une autre espèce d'individu ? En quoi l'appartenance aux éléments serait inavouable et incompatible avec la vie de l'individu ?

A la première question nous avons répondu. Le groupe, sous l'influence de l'émotion, annihile la naissance de la singularité représentée par l'individu. Pour sa survie et son hégémonie, le groupe doit être la seule référence pour l'individu, qui, acceptant ceci, nie son état d'individu et valide la supériorité du monde grégaire organisé en société.

A la seconde question, la réponse est : en rien. Non ce n'est pas inavouable d'appartenir aux éléments, et non ce n'est pas incompatible avec le genre humain. Mais cette évidence, nous l'avons dit, a été bannie de l'attention à soi. L'Homme n'a donc jamais pu se construire sur des bases réflexives que nous voulons réaffirmer : le vivant fait l'Homme, l'Homme doit faire l'individu, l'individu doit magnifier l'aspect unique de l'individu car l'individu est indivisible, non réductible à un autre.

Voilà ce que nous sommes. Nous sommes le vivant et nous sommes l'unique.

3. L'individu, arraché du grégarisme.

Etouffé pendant des siècles sous le dogme monothéiste, l'individu sort quelque peu la tête à la Renaissance. Mais pour un temps seulement, car la Raison Classique le noie à nouveau sous la morale. Et ceci est particulièrement vrai pour la vie psychique d'alors. La vie psychique dans sa diversité est un ennemi de la Raison. Car la vie psychique représente ce que la Raison ne peut atteindre

¹ Nietzsche F., *La Vision dionysiaque du monde*, Paris, Allia, 2004, p. 34

du haut de sa logique ; ce qu'elle ne peut atteindre mais discrètement peut-être, ce qu'elle espérait pour elle, c'est-à-dire la possibilité d'entrevoir la vie sous une autre forme que l'entendement. Souvent nous rêvons secrètement à cette fantasmagorie qui nous échappe depuis toujours et que nous désirons dompter pour légitimer l'aspect de notre personnalité qui nous effraie le plus. Ainsi dressée, nous duperions la fantasmagorie du fou et la ferions entrer dans la Raison. Ainsi elle ne nous effraierait plus, ainsi cette subordination légitimerait l'amour que nous portons à la Raison, et détruirait pour toujours la folie que nous abhorrons.

A la Renaissance donc, le trouble psychiatrique de « l'insensé » est pensé comme une solution pour expliquer une forme de sagesse, mais l'époque classique elle, l'intèrnera plus violemment qu'aucune autre époque n'aurait pu l'imaginer. Quand, au Moyen-Age on chasse le fou hors des villes, le XVIII^{ème} siècle l'enferme dans des tours d'aucun ne sort vivant. On y empile les fous comme on empile des cartes pour construire un château éphémère. Les fous sont entassés dans des cellules, baignant parfois dans l'eau croupie des basses-fosses. Il faudra attendre l'époque moderne et le XIX^{ème} siècle pour qu'enfin, on prête une oreille, à défaut d'être attentive, quelque peu troublée par ce qu'elle entendait de la vie du fou. Mais c'est avec la fin de la première guerre mondiale et l'avènement de la psychanalyse que les choses s'accéléchèrent véritablement. On comprit que la psychologie existait. Alors qu'elle avait évidemment toujours été présente, on s'apercevait enfin de son existence. Avec un paradoxe encore une fois, puisque le terme même de psychologie avait fait son apparition dès la Renaissance. On cite souvent le nom de Philipp Melanchton² (1497-1560) comme l'inventeur du mot même, mais le concept lui, existât dès l'Antiquité.

Avec la philosophie dans un premier temps, puis plus tard avec la médecine, la psychologie prit des chemins divers et variés avec pour seul but de comprendre les propos que tenait la personne en face d'elle. Dans l'histoire de celui qui s'intéressait à cette compréhension, dans l'histoire de celui qui était doué de psychologie, l'unique cause de sa recherche était depuis toujours liée à l'incompréhension de l'autre. Mais ceci n'est peut-être qu'un argument de vente du concept, et nous devons nous poser la question fondamentale du caractère altruiste ou non de cette aventure. Nous devons clairement soutenir les questions suivantes : quand nous évoquons la psychologie, s'agit-il d'une velléité empathique réelle ou est-elle déguisée ? S'agit-il de compassion ou de pitié ? Vers qui sont tournés ces sentiments ?

Avec Nietzsche, nous observons la complexité de ces questions. Et en psychologue que nous sommes, nous arrêtons nos réponses à cette évidence : parce que la psychologie nous amène à

² Théologien, philosophe humaniste, il est un des grands réformateurs de l'enseignement supérieur en voulant notamment le séculariser.

considérer la fonction et la dysfonction de notre corps et donc de notre esprit, nous n'allons pas plus loin, et nous en tirons une analyse comportementale. Mais cette analyse semble nous concerner pleinement, elle ne paraît pas examiner l'autre. Car la psychologie c'est nous. Elle sert non pas à comprendre l'autre, mais le fondement de notre personnalité. Celui doué de psychologie est un inventeur de lui-même avant d'inventer l'autre. Il ne peut embrasser le mal-être de l'autre sans savoir ce dont est fait le sien. La psychologie doit servir de rempart contre la vanité, l'arrogance de celui qui se prétend soignant doit être combattue car il est impensable dans l'esprit du soin que l'on s'érige en locuteur unique. La psychologie n'est pas grandiloquence et paradoxalement à son exubérance, elle doit apporter la sérénité de l'humilité et du repli sur soi. Il y a donc cette notion d'extravagance qui amène avec elle l'esprit de soi, avec elle l'arrêt actif de la conscience³ qui entre en collision avec la vitesse imposée par la vie du groupe, mais cet arrêt qui embrasse l'introspection, qui appelle le Soi, qui stoppe les activités du groupe, *a fortiori* rebute ce même groupe. Le psychisme est excès et grandeur, il a la profondeur des enfers de la théogonie grecque. Et le groupe ne peut y voir que décadence.

Celui doué de psychologie est donc un spéléologue du déraisonnable, car entrer volontairement dans le mal-être c'est faire preuve de déraison. Le contraire est impensable pour le groupe, admettre la psychologie en invoquant la Raison serait pur délire. La psychologie est déraison comme on entend la déraison au XVIII^{ème} siècle, car il est impossible pour la Raison de penser dompter cette fantasmagorie qui est folie et déraison. Et dompter la fantasmagorie serait pour la Raison faire allégeance à la folie, donc à la déraison.

Nous, nous ne voulons pas dompter la fantasmagorie, nous voulons seulement entrer en elle pour comprendre comment elle s'articule. Parce que nous pressentons que cette articulation sera l'outil par lequel nous nous comprendrons, outil avec lequel nous ferons en sorte que l'autre reste un autre que nous-mêmes et qu'il continue de devenir ce qu'il est. Notre rôle en tant que physiologue doué de psychologie n'est pas la prétention de soigner l'autre, il est synonyme d'une ouverture à soi puis seulement à l'autre ensuite. La nuance est abyssale.

Etudier le psychisme n'a jamais été une vérité altruiste, non. Cela a toujours ressemblé à la volonté de comprendre l'effroi qui nous a saisis, le jour où nous avons compris que notre sécurité affective ne serait jamais assurée. Il n'en va donc pas de l'autre mais de soi. De soi avant tout, comme si nous nous étions rendus compte de la profondeur du gouffre dans lequel nous menait le

³ L'idée d'un arrêt actif de la conscience qui permettrait la conscientisation de son état psychique a été développée par Emmanuel Mounier en 1946 dans *Traité du caractère*. La conscience liée à l'action présente stoppe son cheminement pour un retour sur le passé afin d'y trouver des réponses. La conscience n'est pas arrêtée dans son fonctionnement mais dans sa course quotidienne, d'où le concept d'arrêt actif.

groupe, celui-là même qui ne pouvait garantir notre sécurité. Seuls, il nous fallait apprendre à se servir du psychisme, c'était là le seul espoir de l'individu voulant échapper à la mort certaine de son ipséité. Il fallait en outre passer les gués, la chose n'était pas aisée car l'effroi est synonyme de chaos. Mais la psychologie nous apprenait que le chaos était nécessaire à l'affirmation de la vie comme le voyage est nécessaire à la compréhension du monde. Le chaos faisait de nous le passager, c'est-à-dire celui qui voyage. Le chaos c'était l'affirmation de la vie dans ce qui nous apparaissait comme le contraire de la vie. Un paradoxe pour le groupe qui n'était pas doué de psychologie. Mais pour l'individu, tout s'éclairait. Il suffisait de suivre les circonvolutions et les méandres que la physiologie nous offrait pour atteindre un raisonnement de la déraison. Nous arrivions alors au constat que la fantasmagorie n'était pas folie, que la folie n'existait pas, que le terme ne renvoyait à rien de concret et que les maux de celui qu'on disait fou ressemblaient à s'y méprendre aux nôtres. Il était évident désormais que la folie n'était qu'un concept inventé par le groupe pour se délester de l'individualité. Mais le psychisme venait contre toute attente réaffirmer l'individuation nécessaire de l'individu, non pas aux dépens du groupe mais pour servir le groupe. Ce dont le groupe avait peur était que l'individuation soit un outil d'émancipation de ce que lui avait construit comme dogmes. Mais ce qu'il n'avait pas compris, était que l'individuation le servait. C'était alors tout le combat de l'individu que de faire entendre ceci. Il fallait passer par la désintégration du groupe, tout du moins par la désintégration de la place de l'individu au sein du groupe ; il fallait que l'individu prenne la mesure de sa capacité à la désintégration de ce qu'il pensait être acquis et qu'il comprenne la désintégration comme chaos nourrissant. Là était l'apport cathartique de la psychologie.

4. De la désintégration positive comme catalyseur.

Nous l'avons vu en introduction, la vie de Kazimierz Dabrowski ne fut qu'une série de tragédies – échappant aux nazis et à leurs volontés de détruire l'*intelligentsia* polonaise et de tuer les malades psychiques, Dabrowski cacha des informations sur ses patients dans la forêt de Varsovie et fut parmi la quarantaine de médecins psychiatres polonais survivants sur les plus de trois cents existants avant la guerre, il vit sa sœur et sa première femme mourir précocement, un de ses amis se suicider et connu l'exil et l'emprisonnement. Il vécut également une vie professionnelle riche.

De ces deux aspects, il tire une pensée qui déboulonne l'opinion dominante dans la psychiatrie et la médecine en général : il y a santé quand il n'y a pas de symptômes. Dabrowski est donc un précurseur dans la santé psychique car il considère que le trouble psychique peut être « retourné ». Comme la stratégie d'une armée retourne un espion ennemi contre son pays d'origine en l'utilisant à son avantage, ce qui apparaît aux yeux du groupe comme un trouble à annihiler car

représentant la folie, démontre, au contraire, pour Dabrowski, la possibilité d'une émancipation hors-normes. Ici, ce qui est entendu comme folie n'est qu'un moyen pour sortir du marasme du gréganisme et une solution pour une auto-éducation psychique. Pour Dabrowski, le symptôme psychique n'est pas à traiter comme on entend traiter une grippe. Il est synonyme de bien d'autre chose, pour Dabrowski le symptôme psychique c'est l'expérience même de la vie.

La santé est un concept qui n'a pas évolué dans l'esprit de la médecine et des praticiens, même s'il a connu des définitions progressistes⁴, son malheur réside dans les comportements de la *doxa*. Il faut donc que l'individu, aux prises avec les crises existentielles de son parcours, puisse trouver des ressources que la médecine ne lui propose pas. Parce que trop longtemps, elle a été attachée à n'exister que par le symptôme avec l'obsession parfois frénétique de le voir disparaître, elle ne l'a jamais déontologiquement considéré comme une simple expression vitale.

« Persons who are mentally ill cannot be lumped into one category; they are often as incomprehensible as many others who are not considered, and never were considered to be mentally ill.⁵ »

Dabrowski a utilisé ses crises existentielles comme autant d'étapes à la construction de sa théorie. Et puis comme un fil conducteur il y a sa poésie sous le nom de plume de Pawel Cienin. Comme une ombre⁶ se déplaçant entre les difficultés de l'étude du psychisme serpentant elles-mêmes entre les vicissitudes de la vie, la poésie est une alliée incontournable du philosophe-psychologue. Puisque nous avons constaté que la psychologie débutait avec la philosophie, il faut également dire que la philosophie se cache derrière la parole poétique. Alors de concert elles font apparaître l'individu.

Un individu comme il en naît depuis toujours, un individu fait de larmes et de sang, aux prises avec les coups de hache qui s'abattent sans cesse autour de lui, toute sa vie durant. La désintégration positive de Dabrowski est le fait de prendre conscience de ces coups de hache pleuvant sans cesse, le fait de conscientiser que l'existence est faite de traumatismes s'enchaînant en cascade

⁴ Dans sa constitution entrée en vigueur en 1948, l'Organisation Mondiale de la Santé définit la santé comme « un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». Mais cette définition n'a semble-t-il jamais été entendue par ceux qui auraient dû l'entendre avant tout, les médecins, pour que les sociétés la comprennent à leur suite.

⁵ « Les personnes malades psychiques ne peuvent pas être classées dans une catégorie. Elles sont souvent aussi incompréhensibles que beaucoup d'autres qui ne sont pas considérées comme malades et ne le seront jamais. », Dabrowski, K. alias Cienin, P., *Fragments From the Diary of a Madman*, Londres, Gryf Publications LTD, 1972, p. 7

⁶ Le terme « cien » signifie « ombre » en polonais.

comme la biologie est une cascade de déterminismes. Non pas que le traumatisme soit une fatalité mortifère dans laquelle on se plairait à s'admirer victime, mais il existe et il faut lui reconnaître un crédit vital. Car du plus anodin au plus dramatique, le traumatisme est une chance. Et pour Dabrowski précisément, c'est un outil.

Alors que l'individu connaît une intégration primaire liée à la recherche de la satisfaction des besoins physiologiques, il doit pouvoir s'extraire de ce facteur de développement uniquement biologique. C'est le second facteur, l'environnement, qui dans cette première étape d'intégration, lui permettra de mettre à distance, à toute fin d'analyse, les attentes sociales. L'individu doit, de façon innée, pouvoir mettre en perspective ce que le groupe espère de lui. Si cette force doit s'acquérir, alors c'est la force de son environnement social qui doit l'y aider. Suivant cette première intégration, on trouve le premier acte de désintégration, c'est le niveau deux du développement. Ici l'individu rencontre ses premiers conflits internes et se rend compte de la difficulté à être soi dans le monde. L'axiologie personnelle est remise en cause et l'individu cherche alors de nouvelles références. Sans les trouver, il s'autodétruit, en les trouvant il intègre le troisième palier de son développement, la désintégration stratifiée spontanée. C'est l'endroit où l'individu réorganise les valeurs. C'est une ligne de départ pour la transformation, le début d'une autocritique du passé et l'acceptation d'autres possibilités. Dabrowski voit d'ailleurs deux axiologies : l'une conservatrice et l'autre transformatrice. Quand la première est incapable de déroger à son classement et le grave dans le marbre, la seconde est capable de changement profond à tel point que la valeur se change en actions. Ici nous trouvons le commencement de la restructuration. Suit le niveau quatre du développement, à savoir la désintégration stratifiée organisée. C'est la conscientisation du besoin d'auto-éducation, d'auto-analyse et d'authenticité. L'individu prend en charge sa souffrance, la décortique et la soigne. Il s'exprime pleinement et par lui-même, il est en accord avec ses valeurs et ses responsabilités. Pour Dabrowski, ici entre en jeu le troisième facteur nécessaire au développement, le dynamisme.

Finalement, l'individu découvre la cinquième étape de son développement, l'intégration secondaire. Il est en corrélation avec la personnalité qu'il a choisie de développer, le conflit intérieur est dépassé et il entre totalement dans le monde pour mieux le servir.

Ce potentiel de développement est également lié à un potentiel d'excitabilité accrue. Dabrowski parle d'hyperexcitabilité sensorielle, imaginative, intellectuelle, psychomotrice et émotive. Il décrit alors un individu épanoui. Non pas guéri d'un mal que le groupe aurait décidé de placer au premier rang des maladies diaboliques, mais vivant avec la biologie même. Celle qui consacre le corps et l'esprit, celle qui aime à cacher son jeu, celui pourtant simple qui mène à l'existence, à la vie pleine.

A ceux que l'on pense être désintégrés donc perdus parce que la folie s'en est emparée, à ceux qui pensent être le rebus du monde parce que le groupe a jugé que le mal était incurable, Dabrowski raconte une autre histoire, il assure au monde que le dit trouble psychique est à écouter, il est à prendre en soin, il est à embrasser dans tout son fourmillant dynamisme. A tous ceux-là, Dabrowski dit :

Be greeted, psychoneurotics!

*You who see sensitivity in the insensitivity of the world,
uncertainty among the world's certainties.*

You who so often experience others as yourselves.

*You who sense the anxiety of the world,
its narrowness and boundless self-assurance.*

*For your phobia of washing your hands from the dirt of the world,
For your fear of being locked in the world's limitations,
for your fear of the absurdity of existence.
For your subtlety in not telling others what you see in them.*

*For your awkwardness in dealing with everyday things,
but deftness in handling the unknown,
for your transcendental realism but lack of everyday realism,
for your exclusiveness and dread of losing those you love,
for your creativity and ease of wonder,
for your maladjustment to that "which is" but
adjustment to that which "ought to be,"
for your great but unutilized abilities.*

*For the belated recognition of your greatness, and of those like you
who will come later, and will also not be recognized.*

*For your being treated instead of treating others;
for your heavenly power forever being pushed down by brutal force;
for that which is prescient, unsaid, infinite in you.*

*For the loneliness and strangeness of your ways.
Be greeted !⁷*

⁷ Dabrowski K., *Psychoneurosis is not an illness: neuroses and psychoneuroses from the perspective of positive disintegration*, Londres, Gryf Publications LTD, 1972.

Soyez les bienvenus, névrosés !

Vous qui voyez de la sensibilité dans l'insensibilité du monde
De l'incertitude dans ses certitudes
Vous qui faites si souvent l'expérience des autres comme si elle était vôtre
Vous qui ressentez l'angoisse du monde
Son étroitesse et sa suffisance éternelles

Pour votre obsession à vous défaire de la saleté du monde
Pour votre peur d'être enfermé dans les limitations du monde
Pour votre peur de l'absurdité du monde
Pour votre discrétion à ne pas dire aux autres ce que vous voyez en eux

Pour votre maladresse dans la gestion du quotidien
Mais votre habilité dans celle de l'inconnu
Pour votre extraordinaire réalisme au long cours mais votre manque de réalisme de tous les jours
Pour l'exclusivité et l'effroi que vous avez à perdre ceux que vous aimez
Pour votre créativité et votre facilité à vous émerveiller
Pour votre inadaptation à ce qui est et votre adaptation à ce qui devrait être
Pour vos merveilleuses mais inutilisées aptitudes

Pour votre tardive reconnaissance et pour tous ceux qui viendront à votre suite
Et qui, comme vous, ne seront pas reconnus

Pour que vous soyez considérés
Pour votre force transcendante à être rabaissés par des forces brutales
Force qui est présience, tue et infinie en vous

Pour la solitude et l'étrangeté qui vous caractérisent

Soyez les bienvenus !