

M

*M/bécédaire:
Métaphore*

Μεταφορά, transport,
métaphore, de μετὰ, au-delà, et φέρειν, porter
(*meta-pherin* : porter au-delà).

Gérard Ostermann

La logique de la métaphore

Depuis Aristote : un mot ou une phrase qui dénote une chose, mais qui, par analogie, en suggère une autre : *le bateau laboure la mer*, etc. Le détour métaphorique est indispensable pour penser certaines réalités abstraites difficilement représentables. Nous utilisons tous des métaphores dans notre langage courant en particulier lorsque nous parlons de nous-mêmes : « je suis au fond du trou » ou de façon plus légère « je suis sur un petit nuage ».

Un exemple donné pour illustrer le procédé est celui d'un transfert d'« un terme concret dans un contexte abstrait » : la racine du mal. Cette définition usuelle implique que les mots ont un sens propre et peuvent prendre un sens figuré. Le sens propre d'un terme concret comme racine apparaît si le mot est utilisé dans un contexte concret : la racine de l'arbre. Le sens figuré apparaît lorsqu'on substitue le mot racine au mot cause, par

exemple, dans l'expression « la cause du mal ». La métaphore consiste donc, à première vue, à transférer un terme dans un contexte inhabituel qui lui donne ainsi un sens figuré.

Pour Paul Ricœur, la narration est médiatrice, elle reconnaît de façon mutuelle et réciproque le locuteur et l'interlocuteur, l'autre que lui-même ouvre au monde et permet, notamment à l'aide de la métaphore, une recherche de sens. Dit autrement : *quelqu'un dit quelque chose à quelqu'un sur quelque chose.*

C'est l'outil de prédilection de Milton H. Erickson qui constamment déplace le contenu de la conversation en parlant d'un autre sujet animé par un processus similaire. L'histoire du vieux Joe est un exemple touchant de l'efficacité de la métaphore. Milton H. Erickson est appelé à soulager le vieux Joe atteint d'un cancer en phase terminale et réfractaire aux traitements antalgiques de l'époque. Il n'est pas inintéressant de constater que les métaphores qu'Erickson utilisait étaient, à l'inverse de celles que

proposent ses successeurs, généralement très simples : proches de la vie quotidienne, empruntées aux réalités les plus courantes, pratiquement transparentes.

La métaphore thérapeutique

Dans le processus hypnotique, la vocation thérapeutique de la métaphore n'échappe jamais à l'inconscient, ouvert par la focalisation et la dissociation. Si la métaphore semble distante, voire à des années-lumière du problème, elle en est cependant toute proche. En réalité elle colle à la peau du problème. Il existe une immense *poche d'air* entre la métaphore et le symptôme : le système analogique de l'inconscient. C'est comme un *sas d'aération* qui permet au patient de lever ses résistances inconscientes, son anxiété et sa méfiance.

La meilleure métaphore, ou *métaphore vive* est celle qui émerge au moment de la rencontre thérapeutique et non pas celle qui est préparée et construite par le thérapeute, aussi savante soit-elle. En quelque sorte, la métaphore est « soufflée » au thérapeute par le malade.

La métaphore est-elle la plus indirecte des suggestions indirectes ?

La métaphore va donc élargir la perception, en particulier en amenant le patient à percevoir son problème dans un autre contexte que le contexte

dans lequel il le perçoit d'habitude. La suggestion, c'est quand on influence quelqu'un et que la personne n'a pas conscience d'être influencée, et elle va penser que ce qu'elle fait, c'est elle qui l'a décidé. Quand on fait une suggestion au sens classique, c'est-à-dire une suggestion en hypnose, le prototype de la suggestion en hypnose, le modèle, c'est la suggestion post-hypnotique. Et c'est à partir de la réflexion sur la suggestion post-hypnotique que Freud a abordé la question de l'inconscient. C'est-à-dire que l'on va faire faire quelque chose à la demande d'un tiers comme s'il y avait un discours interne qui venait de l'autre, mais que l'on va internaliser, et l'on croit que l'on a eu l'idée, alors que ça vient de l'autre. La métaphore, c'est le langage quand il y a du vivant, des pluriels. L'idée d'une métaphore va être d'autant plus efficace qu'elle va révéler avec des différences spécifiques de la vie de l'autre et de son expérience de vie. La métaphore est au centre du travail. On pourrait dire que toute la thérapie, c'est de passer d'un langage pris au pied de la lettre à celui de la métaphore. Et la liberté arrive, les relations arrivent. La métaphore, c'est le contraire des croyances limitantes qui sont du côté du processus identitaire. C'est une approche respectueuse des symptômes d'une personne et une figure de rhétorique élégante, d'une redoutable efficacité, en particulier quand le patient ne parvient pas à trouver les mots adéquats pour décrire son malaise ou sa souffrance.

