

UNE PRÉSENCE HUMAINE ESSENTIELLE

Je vais commencer avec ce que j'ai de plus important à dire : L'essence du travail avec une autre personne est notre présence en tant qu'être humain. Et c'est une chance, parce que si nous devions être intelligent, bon, mature ou avisé, alors nous serions probablement en difficulté. Mais, la question n'est pas là. La question est dans la présence d'un être humain à un autre, la reconnaissance de l'autre personne dans son être intérieur. Même s'il s'agit d'un chat ou d'un oiseau, si vous essayez, par exemple, d'aider un oiseau blessé, la première chose que vous devez savoir est qu'il y a quelqu'un à l'intérieur et que vous devez attendre que cette « personne », cet être intérieur, soit en contact avec vous. Ça me semble être la chose la plus importante.

Aussi; lorsque je m'assoie avec quelqu'un, je prends mes problèmes et mes émotions du moment et je les dépose juste là, à côté, proches, parce que je peux en avoir besoin. Je voudrai peut-être y aller pour vérifier quelque chose. Et je prends tout ce que j'ai appris – la thérapie centrée sur le client, le reflet, le Focusing, la Gestalt, les concepts psycho analytiques et tout le reste (je pense que j'ai plus que ça) – et le dépose de l'autre côté, proche. Alors je suis juste là, avec mes yeux, et il y a cet être humain. S'il lui arrive de croiser mon regard, il verra que je ne suis qu'un être hésitant. Je dois tolérer ça. Il ne regardera peut-être pas. Mais s'il le fait, c'est ce qu'il verra. Il verra la légère timidité, le léger retrait de l'insécurité de mon existence. J'ai appris que c'était bien comme ça. Je n'ai pas besoin d'une grande sécurité émotionnelle et d'une présence ferme. J'ai simplement besoin d'être présent. Il n'y a pas de qualification pour la sorte de personne que je dois être. Ce qui est requis pour le grand processus thérapeutique, le grand processus de développement est une personne qui peut être présente. Et alors, je suis graduellement arrivé à la conviction que je peux encore être ça. Même si je continue toujours à vivre avec mes doutes, dans un sens en quelque sorte objectif je sais que je suis une personne.