

## 5<sup>ème</sup> journée régionale Aromathérapie à Baugé

jeudi 2 juin 2022

### « L'aromathérapie, point de vue du psychologue : entre transversalité et créations de soins »

*« De temps en temps, il plongeait la main dans sa poche et la refermait sur le flacon de verre contenant son parfum. ... Il en avait consommé qu'une goutte. Le reste suffirait pour ensorceler le monde entier... Tout cela il le pouvait, pour peu qu'il le voulût. Il en avait le pouvoir. Il le tenait dans le creux de sa main. Un pouvoir plus fort que le pouvoir de l'argent, ou que le pouvoir de la terreur, ou que le pouvoir de la mort : le pouvoir invincible d'inspirer l'amour aux hommes... Personne ne sait comme ce parfum est réellement bon, pensait-il. Personne ne sait comme il est bien fait. Les autres sont seulement subjugués par son action, mais ils ne savent même pas que c'est un parfum qui agit sur eux et les ensorcelle ».*

(Patrick Süskind, *Le parfum*, p.276, 1985, livre de poche)

Ce passage, *le Parfum* de Patrick Süskind, témoigne d'une similitude avec aromathérapie : une puissance certaine, un pouvoir certain, une concentration et une puissance telle, qu'elle se mesure à la goutte prêt... Cette puissance concentrée nécessite un sérieux clinique, de la recherche, une méthode, une rigueur. Ce qui n'empêche pas une certaine sensibilité à la poésie qui passe par le nez. « inspirer l'amour aux hommes » nous dit l'auteur, nous y reviendrons... et donc, réinterroger les liens, les effets de l'action, un rapprochement certain qui ensorcelle... .

Mais en premier lieu, l'aromathérapie, une méthode, une approche qui se développe de plus en plus et trouve sa place. **Mais comme disait Camus si « mal nommer les choses c'est en rajouter au malheur du monde »** alors il s'agit de considérer que cette approche me paraît moins une alternative au traditionnel qu'une question de transversalité. Ce n'est pas l'un ou l'autre ! mais plutôt **une transversalité**, donc : Transversus : Tourné en travers, comme un arrêt obligatoire, un passage obligé, un incontournable avant une émergence de sens dans un partage clinique avec de multiples intervenants. Emergence de sens donc et une clinique sublimée qui favorise un élan collectif et la cohésion du soin, prémisse d'une cohésion d'équipe.

C'est une approche différente, car effectivement il est question de se rapprocher de cet autre qui m'interpelle. Et cette approche, cette proximité, est comme une opportunité : une approche clinique un peu plus serrée, à vue de nez, là où l'imagerie à pris une place très importante. Voir avec les mains, sentir du bout des doigts, et voir du bout de son nez, entendre et mettre en mot ce qui se voit et se ressent, des sens qui peuvent se soutenir et se faire parler les uns les autres, faire dialoguer le sens et les sens : pouvoir évoquer une couleur aiguë, percevoir et entendre une tension des corps lors de l'angoisse du crépuscule, et presque ressentir la texture d'une odeur. **Une opportunité où pensez avec son nez n'est pas exclu !**

Une partie de la réalité clinique nous a peut-être parfois échappée. La vue ou plus précisément l'image, nous a voilé une certaine partie de la clinique, ce que nous observons, entendons etc., ce avec quoi nous travaillons. Et cette opportunité de faire se parler les sens et cette « position de travers » c'est soutenir un étonnement retrouvé, être interpellé de nouveau, là où les bruits et expressions sont recouvert par la TV, là où les humeurs s'affaissent, les couleurs sont bien agencés, les cadres bien alignés, et le mobilier sans accroc : plus de trace de la vie ou plutôt une vie bien rangée et étiquetée : plus de crainte, ni préoccupation : un monde d'obsessionnel où il semble rien se passer et où l'on espère qu'il n'arrive rien.

L'aromathérapie, une approche qui est peut-être l'occasion de convoquer un sens semble-t-il quelque peu mis de côté. L'occasion de se rapprocher de l'autre, et avec une intention ... ainsi, les émotions, les effets, les changements, suscités par cette huile déposée sur cette main, n'est pas anodine, l'essentiel n'est pas accessoire : il tisse un lien avec cet autre qui m'interpelle. Cette huile déposée est le fruit d'une intention, et cette huile ne tourne pas en rond, elle s'ouvre à l'altérité, se dirige directement et se hisse jusqu'à l'autre. **Et ce qui se dégage, de surcroît, est plus qu'agréable et avec cette particularité de l'invisibilité. C'est un lien de soin qui se construit mais comme volatile et imperceptible.** Et ce n'est pas du vent : cet imperceptible, si je leve le nez et respire à plein, **m'enracine dans la réalité** : en premier lieu par l'altérité. Et respirer une essence qui nous renvoie à un plat, une crème apaisante de notre enfance, la senteur d'un lieu ... c'est une association de faits mémorisés qui constitue mon histoire, mon identité, mon être. **C'est accéder à ma permanence, qui est encore là, même quand ça ne va plus et surtout quand ça ne va plus.**

Süskind dans le cours extrait que je vous ai choisi évoque le lien à l'autre, ses intentions, son action... l'amour des hommes que pourrait susciter une essence, un parfum... Mais pour cela encore faut-il se rapprocher, être assez proche, une certaine proximité qui est autre chose que de mettre au milieu... Alors rapprochons-nous d'une certaine rencontre qui nous intéresse et qui est le soin. Et pour cela je vais vous aider à vous remémorer une histoire : celle du bon Samaritain :

La parabole donc : Un homme descendait de Jérusalem pour aller à Jérico quand il fut abordé par des brigands. Il fut volé, battu et laissé pour mort. Un prêtre qui passait par là, le voit, mais continue son chemin. Un lévite fait de même. Puis un Samaritain, qui était en voyage dans la région, le voit et est « ému jusqu'aux entrailles » (dans le texte) s'approcha et enduisit ces plaies d'huile et de vin puis le chargea sur sa monture, et le conduisit jusqu'à un hôtel proche, et commanda que l'on prit soin de lui.

Aimer son prochain ? En tout cas, comme dirait Éric Fiat, « pas de médecine digne de ce nom sans éthique, et pas non plus d'éthique digne de ce nom sans médecine » : nous ne pouvons pas laisser autrui, seul, avec sa souffrance, car nous sommes capables d'être troublé et nous en faisons parfois un métier.

Être troublé par la souffrance de l'autre, « ému jusqu'aux entrailles ». Une nécessité qui fonde une action, une intention, un fondement du soin auquel nous convoque cet autre. Et le premier fondement du soin, il me semble que c'est l'amour, mais lequel ?

Quand on veut bien parler d'amour on est obligé de parler une autre langue que la langue française. Il est nécessaire de parler grec et il y a trois mots pour dire l'amour : *Eros* (désir), *Philia* (amitié) et *Agapè* (charité).

L'amour dont il est question dans nos structures hospitalières, ou maisons de retraite c'est Agapè, la charité. Ce n'est pas sur Eros que se fonde la relation de soin, ni sur phillia (l'amitié). Ça ne peut être qu'Agape.

Eros c'est un attrait irréductible : le feu qui embrase les corps, une fulgurance. Philia c'est l'amitié, le partage certain d'une douceur, soutenue d'une réciprocité. Cela peut représenter un être et une valeur refuge dans les passages difficiles.

Alors qu'Agapè, c'est un amour profondément ontologique (l'amour est en lui-même sans apparence ou attribut) .... C'est-à-dire, voir le monde avec étonnement, être touché par lui, c'est une conscience profonde, « jusque dans ses entrailles » nous dit l'extrait. **Une conscience essentielle de l'existence. Un tel amour considère autrui comme un être précieux. Ce qui n'est pas s'en faire apparaître une réjouissance de l'existence, en réaction, chez l'autre. Un étonnement est perçu et transmis à cet autre devant moi.**

Ainsi donc, Agape, cet amour charité, est un sentiment qui se fait bâtiment. Une enceinte, un accueil, une hospitalité. Une certaine universalité des soins comme valeur première d'un hôpital !

La différence entre Eros et Fillia d'une part et Agape d'autre part c'est que ni le désir ni l'amitié ne peuvent être universels. Le désir est une manière d'aimer qui ne peut pas être universel, idem pour l'amitié. La charité, par contre, est une manière d'aimer qui doit être universel. Mais pourquoi ne peut-on pas fonder une relation de soin sur le désir ? Car assurément c'est un sentiment discriminant et hiérarchisant. Il y a des gens que l'on désire et des gens que l'on ne désire pas. Et puis parmi les gens que l'on désire, il y en a que l'on aime passionnément et d'autre à la folie. Nous désirons tous mais nous ne nous désirons pas tous. De même, l'amitié est elle aussi discriminante : nous ne pouvons pas éprouver de l'amitié pour tout le monde, elle ne peut être universelle.

Agapè consiste à aimer l'autre même quand il n'est pas aimable. C'est cela l'essence d'agapè. La grande différence entre la charité d'une part et l'amitié désir d'autre part c'est que l'amitié et désir ont besoin de l'amabilité de l'autre pour naître. **En revanche la charité n'a pas besoin que l'autre soit aimable pour exister : l'amour de l'autre même quand il n'est pas aimable, même quand nous l'avons dans le nez.**

Nous nous approchons de plus en plus et nous arrivons à cette **proximité** qui nous fait apercevoir la particularité et la singularité. Et nous pouvons et devons les distinguer :

Par définition **la particularité** c'est la partie d'un tout que l'on nomme la généralité. Mais le singulier lui, répugne à rentrer dans quelque généralité de quoique ce soit, **le singulier** c'est l'unique, l'irréductible, l'étrange, le bizarre.

Il y a donc deux manières d'appréhender cet autre qui m'interpelle : comme un particulier ou un singulier. Les deux regards sont nécessaires. Regard particulier : cet homme chez qui l'on constate des pertes de mémoires significatives, et une agitation à un certains moment de la journée, etc Mais comment ne pas perdre le fil de sa singularité (ce qu'il a d'unique et d'irréductible) et faire l'objet d'une attention et d'une élaboration. Comment pouvons nous conserver et alimenter cet intérêt, pour la singularité si ce n'est, peut-être, par cette circulation des sens et cette transversalité.

Donc singularité des sujets, mais aussi cette approche qui évoque en conséquence **une certaine création du soin** : non la répétition d'un processus, d'un protocole, d'une technique, même si nous nous appuyons dessus, mais un quelque chose, autant que faire se peut, qui ne se répète pas, et qui peut émerger, lors d'une synthèse, des approches qui convoquent différents sens, des étonnements, et des paroles qui circulent, et qui témoignent et font exister cette singularité, c'est le lien soignant qui devient à son tour unique. Une émergence créatrice d'un soin singulier, à son tour, et qui ne ressemblera à aucun autre.

Nous privilégions la vision, ce qui est donné à voir à des yeux qui en redemande et vont regarder à l'intérieur et y voir encore sur un écran... Toutefois, l'oreille peut être réceptive voire pensante, et peut donner lieu à des mots, des échanges... mais écarter les naseaux, sentir, humer, respirer et c'est la porte ouverte à une complexité : presque un obstacle pour penser... De prime abord l'odorat semble être le sens qui évoque le moins l'abord de l'autre et peu souvent évoqué dans les élaborations réflexives. **Mais un philosophe a étudié la chose : Condillac (1714-1780).**

Condillac se soutient d'une expérience de l'esprit en imaginant une statue capable de sentir, mais seulement sentir, un sens exclusif : celui porté par le nez. Cette statue représente l'humain, et cette expérience de pensée pose le fait que cette statue ne pouvait distinguer qu'une sensation : les odeurs... cette statue devient les odeurs puisqu'elle ne peut discriminer, et donc se différencier ce qu'il en est d'elle et de ses sensations venant du nez.

*« Si nous lui présentons une rose, elle sera par rapport à nous une statue qui sent une rose ; mais par rapport à elle, elle ne sera que l'odeur même de cette fleur. Elle sera donc odeur de rose, œillet, de jasmin, de violette, suivant les objets qui agiront sur son organe. En un mot, les odeurs ne sont à son égard que ses propres modifications ou manières d'être : et elle ne saurait se croire autre chose, puisque ce sont les seules sensations dont elle est susceptible ».* Cet exercice lui permettra de travailler l'émergence de la douleur, et de différents concepts...

La particularité de cette approche c'est qu'elle travaille avec, entre autres, un sens sans contour. Ce qui est capté par le nez, par exemple, est en suspend, flotte, se mêle, plane : une couronne, une indistinction évanescence. Une ambiance sans pourtour, une atmosphère qui n'est pas bordée.

Comment ne pas mesurer cette puissance sans commune mesure : une puissance invisible et sans bord. Ethérée et céleste, nous sommes bientôt submergés par l'aérien, l'éphémère qui dure... d'une douceur innocente ou d'un impact brutal. **Qui pourrait manier ce monde en impesanteur si ce n'est des hommes ou des femmes habiles et fins connaisseurs, chercheurs, soignants et poètes.**

Assurément, les équipes soignantes sont comme des artistes, des femmes et des hommes qui travaillent avec ce qu'ils sont et dans une disponibilité pour créer la continuité d'une histoire mise à mal. Et dans un mouvement où l'on veut éviter la répétition et créer un soin singulier.

Les différentes concentrations, d'huiles essentielles, m'a ton dit, donnent différents produits avec des noms distinctifs. Là où cette thérapeutique semble agir par le nez, entre autres, les mots utilisés semblent nous inviter à la poésie : les absolus, des eaux florales, des hydrolats : rien que d'entendre ces signifiants je vais déjà encore mieux...et je n'ai pas citer de plantes. Nous sommes loin des thérapeutiques avec des noms étranges et souvent peu liés à une racine grecque ou latine. Cela vient nous taquiner les oreilles avant de nous taquiner le nez jusqu'à nous faire parler, car ce qui ensorcelle, comme dit Süskind, ne s'explique pas forcément ou ne se démontre qu'avec difficulté, mais ça parle. Un effet de surcroît indéniable entre les sens. **Une poésie dans ce bal des signifiants, mots, noms et expressions autour des essences ... une invitation au voyage, une élévation, une sublimation de ce voyage qu'est cette rencontre du soin notamment à vue de nez.**

**Cette approche qui nous réunit pour cette journée me fait parler de liens, d'étonnement, d'intentions, de rigueur, d'amour, et de poésie : les fondamentaux du soin, me semble-t-il !**

Pour ne pas conclure, j'aimerais vous lire quelques lignes de Gaston Bachelard, philosophe, scientifique et poète quand il évoque l'arôme onirique de la menthe aquatique.

L'arôme onirique de la menthe aquatique : « *Un détail infime de la vie des eaux devient souvent pour moi un symbole psychologique essentiel. Ainsi l'odeur de la menthe aquatique appelle en moi une sorte de correspondance ontologique qui me fait croire que la vie est un simple arôme, que la vie émane de l'être comme une odeur émane de la substance, que la plante du ruisseau doit émettre l'âme de l'eau [...]. C'est près de l'eau et de ses fleurs que j'ai le mieux compris que la rêverie est un univers en émanation, un souffle odorant qui sort des choses par l'intermédiaire d'un rêveur.* »

Gaston Bachelard, l'eau et les rêves, p.14, 1942, livre de poche)