

Le monstre de l'O.K.-Ness

FRANÇOIS BALTA

Ah quel cauchemar!... Réveil en sursaut, sueurs froides, regard hagard... vite... un verre d'eau, un oeil dans la glace de la salle de bain pour me rassurer sur ma présence... Tiens, vous êtes là, vous?... Que je vous raconte ; figurez-vous, j'étais à un congrès-réunion-atelier-rencontre de transactionnalistes... vous savez, ces gens qui ont échangé leurs chaînes signifiantes contre des grilles clarifiantes, moins lourdes à porter à l'usage paraît-il... Au début de mon rêve, ils avaient l'air normaux, comme moi je veux dire... Mais au fil des secondes, ils devenaient de plus en plus OK, encore plus OK que tout à l'heure comme aurait dit Boris Vian. Ils devenaient tous pareils, avec le même sourire béat et tentateur... Ils se mettaient à flotter hors scénario... J'avais l'impression qu'ils se caressaient de plus en plus en se touchant de moins en moins... De ce brouhahamoureux émergeaient quelques bribes redondantes, toutes empreintes de la même surenchère implicite dans l'amélioration de soi-même : "Je fais encore... et je le repère, et je croise alors les transactions mais surtout pas les bras"... "J'en suis conscient et j'ai redécidé"... "J'ai la permission OK de ne pas être OK"... "Pl coulé, à toi de jouer"...

Parfois, ce flot de conscience éveillée s'organisait en un grand rituel où tous psalmodiaient en coeur (sic) : "Plus près de toi, Oh Mon OK, plus près de toi..."

Et moi, et moi et moi... qui avait des prédispositions pour me sentir assez facilement mal, par contraste (ou par complémentarité?) je me sentais de plus en plus loin. Avec mes cactus que j'arrosais soigneusement tous les jours à coup d'arrière-pensées, d'apartés stériles, de petites nostalgies anciennes, de mauvais souvenirs réchauffés, de regrets anticipés, de craintes futuristes prédictives... Je me sentais de plus en plus déplacé avec mes maux, mes doutes, dont le clopinement m'amusaient pourtant. Alors, finies les petites joies singulières et inattendues des imperfections productrices de nouveautés inattendues, de perspectives insolites, de réconciliations joyeuses, d'affrontements pour rire et pleurer, d'incompréhensions mystérieuses, de questionnements inquiets? ... Non, Dieu merci, fini le cauchemar!

Je me recouche. Ma tendre compagne ronfle délicatement... Chouette... C'est rassurant ce petit bruit incongru dans la douceur de la nuit...

Maintenant que je reprends la plume, je me crois bien éveillé, et je sais que tout rêve est injuste avec la réalité, mais adéquat avec son rêveur. Aurais-je quelques problèmes avec l'O.K.-Ness? Sans doute, c'est vrai que cette histoire d'OK me turlupine. Je suis pas le seul semble-t-il, même Christophe Marx a besoin du secours de son fiston pour s'y retrouver (cf bulletin IFAT numéro 20)... C'est dire si c'est un problème difficile.

Et ça me travaille d'autant plus que je trouve que c'est un concept drôlement pratique, et efficace, et évocateur, prédictif, et outil de changement. Il a une espèce d'"évidence" qui semble autoriser à ne jamais le définir, et qui invite à s'abstenir de se questionner à son sujet.

J'ai cherché dans la "littérature" une définition d'être OK : rien dans Harris, rien vraiment dans Berne (ai-je mal lu?), rien dans les articles de T.A. Parry (AAT vol. 4, N° 16), de F. H. Ernst Jr (AAT vol. 2, N° 6)... Pas grand chose dans ceux de T. Novey (AAT vol. 4, N° 16) : "Je suis faillible, et j'ai le droit d'être accepté comme je suis. J'ai le droit d'obtenir satisfaction de mes besoins..." Ca fait un peu syndical et on sait bien que ces droits, c'est nous qui avons du mal à nous les

accorder la plupart du temps... et N. Porter (AAT vol. 6, N° 21) : "La vie est précieuse. Tout être humain a de la valeur et doit être pris en considération" Ca me rappelle le "tous les hommes naissent libres et égaux... en droit" qui n'est après tout qu'une création culturelle récente.

J'aime mieux la façon de Fanita English de poser le problème, même si elle ne définit pas plus ce que c'est qu'être OK (AAT vol. 3, N° 10); au départ, dans l'indistinction moi/non-moi, il y a alternance de satisfaction et d'insatisfaction, les mots sont faibles... de triomphe expansif et de gouffre d'impuissance douloureuse. Ensuite, prenant conscience d'un extérieur et d'un intérieur, on répartit les rôles comme on peut pour atténuer les moments douloureux : positions défensives OK/non OK et non OK/OK. Puis il faut travailler pour arriver à ce qu'elle appelle la cinquième position "OK/OK (Adulte)". Il me semble qu'elle ne cache pas le problème : pas de retour au paradis maniaque des premiers langes, mais un travail de parti pris pour se constituer une vision du monde qui permette de s'y sentir le mieux possible; le monde se contrefiche de nos petits problèmes de bien-être, c'est notre problème, et à nous de le résoudre sans se faire croire qu'on recherche une réalité qui pré-existerait quelque part.

J'aime bien aussi la façon du fiston de Christophe Marx de souligner que c'est quand les choses vont mal (pour soi!) que ça se complique. Mais le recours au sens qu'il prône, n'est-ce pas une négation du hasard, de l'accident, de l'imprévu, du mystère en un mot, une façon élégante et volontariste de se débarrasser de l'angoisse devant l'incompréhensible ? J'ai peut-être tort, j'y tiens à cette portion mystérieuse. N'est-ce pas le seul recours face aux pensers totalitaires, aux meilleurs-mondes?

C'est sans doute une fausse piste, créée par le concept lui-même, que de chercher à définir ce que c'est qu' "être OK", puisqu'il ne s'agit jamais de quelque chose, d'un objet, mais d'une façon de vivre une relation. Je ne suis pas plus OK ou non que toi... Je me situe dans le monde à cet instant, heureux ou malheureux, et mon malheur, je me l'explique, je me le justifie comme je peux, à mon ou à ton détriment...

Au fond, ce qui m'ennuie, c'est que poser la notion d'OK, c'est imposer la notion de non-OK, parce qu'une chose n'existe qu'à partir du moment où je peux supposer soit sa non-existence, soit son contraire. Si je pense "OK", il faut que le "non-OK" soit quelque part. Et c'est bien le problème : si je ne le reconnais plus en moi, il faut qu'il soit ailleurs, chez les autres, consciemment ou à mon insu. Bien sûr, on peut s'arranger pour que ces autres soient toujours au loin... Un peu comme c'est toujours les autres qui sont racistes, ou agressifs, ou envieux...ou... ça dépend de quoi on a à se défendre, de ce dont on veut se débarrasser. Dans mon rêve, il y avait comme ça un transfert : plus ils devenaient OK, plus je sombrais dans le non-OK, comme une couleur "change" en fonction du fond sur lequel on la pose.

Pour l'instant, mon choix c'est de vivre avec, dans la mesure du possible, la conscience de mon non-OK, et de le récupérer vite fait quand je crois le voir chez les autres.

Un jour peut-être, ne me poserais-je plus la question, le concept d'OK aura disparu, l'idée ne m'effleurera plus, ce jour là peut-être je serai réellement OK, mais je ne pourrai pas le savoir...

