

FRITZ PERLS

Manuel de Gestalt-thérapie

La Gestalt : un nouveau regard sur l'homme

Préface de Serge Ginger

MANUEL DE GESTALT-THÉRAPIE

L'ART DE LA PSYCHOTHÉRAPIE
Collection dirigée par le Docteur Philippe Cailé

Voir en fin d'ouvrage la liste des titres disponibles

Fritz Perls

MANUEL DE GESTALT-THÉRAPIE

La Gestalt :
un nouveau regard sur l'homme

Préface de Serge GINGER

Traduction de l'américain de Jean-Pierre DENIS



L'édition originale de cet ouvrage a été publiée
aux éditions Bantam Books sous le titre: *The Gestalt Approach*
© 1973, Sciences and behaviour Book inc.

Composition : Myriam Labarre

© 2003, ESF éditeur
SAS Cognitionia
3, rue Geoffroy-Marie
75009 Paris

7^e édition 2020

www.esf-scienceshumaines.fr



ISBN 978-2-7101-3994-2
ISSN 1269-8105

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2^o et 3^o a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple ou d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou ses ayants droit, ou ayants cause, est illicite » (art. L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

TABLE DES MATIÈRES

Préface à la 3 ^e édition française, Serge Ginger	7
Brève bibliographie critique	13
Avant-propos de l'éditeur américain	17
Introduction	19
1. LES FONDEMENTS	21
La psychologie gestaltiste	21
L'homéostasie	23
La doctrine holistique	27
La frontière-contact	33
2. LES MÉCANISMES NÉVROTIQUES	41
Naissance de la névrose	41
L'introjection	47
La projection	49
La confluence	51
La rétroflexion	53

3. LE NÉVROSE EN CONSULTATION	57
4. LA THÉRAPIE DE L'ICI ET MAINTENANT	73
5. DÉCORTIQUER LES COUCHES DE L'OIGNON	83
6. NAVETTE, PSYCHODRAME ET CONFUSION	95
7. SYMPATHIE ET FRUSTRATION	111

PRÉFACE

À LA 3^e ÉDITION FRANÇAISE

Serge GINGER¹

Par un curieux concours de circonstances, *The Gestalt Approach* n'avait toujours pas été traduit en français, alors que cette œuvre maîtresse est disponible depuis bien des années dans la plupart des autres langues. Cela était d'autant plus regrettable qu'il s'agit là du principal ouvrage rédigé par Perls lui-même, la plupart de ses autres livres ayant été mis en forme par sa femme Laura (*Le moi, la faim et l'agressivité*) ou par ses collaborateurs, Paul Goodman et Ralph Hefferline (*Gestalt-thérapie*), ou encore constitués par la simple transcription de films de ses séances (*Gestalt Therapy Verbatim*, traduit curieusement en français par *Rêves et existence en Gestalt-thérapie*).

Cette traduction vient à point car le nombre de lecteurs francophones potentiels intéressés par la Gestalt-thérapie augmente régulièrement. En effet, on estime à ce jour à plus de 100 000, les Français qui ont expérimenté personnellement la Gestalt, soit à l'occasion d'une psychothérapie individuelle, soit dans le cadre d'un groupe de thérapie ou de développement des ressources personnelles, soit encore dans le cadre de leur travail, à l'occasion d'une formation aux relations humaines, voire d'un *coaching* d'entreprise.

Pendant ce temps, les *traductions* des premiers livres s'épuisent une à une. Ainsi, il devient difficile de se procurer en France la plupart des autres ouvrages classiques de Fritz Perls ainsi que ceux de certains de ses premiers collaborateurs, comme Erv et Miriam Polster. De même, on ne trouve plus, en édition française, la biographie de Perls, réalisée par Shepard, en 1975.

Friedrich Perls, dit Fritz Perls, psychiatre juif allemand émigré aux États-Unis à l'âge de 53 ans, est considéré comme le fondateur de la Gestalt-thérapie. Cependant, il affectait lui-même n'avoir fait que résumer des évidences séculaires concernant les cycles dans la nature, l'homéostasie, l'importance du moment présent et de l'*awareness* (conscience globale de

1. Fondateur de l'École parisienne de Gestalt (EPG), président de la *Fédération internationale des Organismes de formation à la Gestalt* (FORGE), secrétaire général de la *Fédération française de Psychothérapie et Psychanalyse* (FF2P), président de la commission européenne d'harmonisation des instituts de formation à la psychothérapie des 41 pays membres de l'*European Association for Psychotherapy* (EAP).

l'instant), la subjectivité dans notre perception du monde (paradigme *post-moderne*), la place centrale des émotions, notre appartenance à un champ global, etc. « *Je ne suis pas le fondateur de la Gestalt, mais tout au plus, son redécouvreur* », se plaisait-il à répéter.

Perls n'était pas un intellectuel. Il se méfiait même volontiers, et sur un mode provocateur, des verbalisations excessives, rationalisations et théorisations, les qualifiant à l'occasion de *mind-fucking* (masturbation intellectuelle) ou de *bullshit* (connerie, ou – textuellement – merde de taureau). Ainsi, après vingt et un ans d'exercice traditionnel de la psychanalyse, où il se sentait devenir un « cadavre calcinateur », renonce-t-il brusquement à sa vie de riche bourgeois (il disposait alors, en Afrique du Sud, d'une patinoire sur glace privée et d'un avion personnel), pour recommencer une nouvelle vie aux États-Unis, vie de bohème et de créativité, dans la liberté et l'authenticité².

Mais ses idées libérales étaient prématurées et *l'establishment* américain ne les a guère appréciées à cette époque. Ses premières publications et son enseignement n'intéressaient alors que quelques artistes et intellectuels de gauche, et les premiers instituts de Gestalt, fondés avec l'aide de sa femme et de ses premiers disciples, à New York en 1952 et à Cleveland (près de Chicago) en 1954, ne rassemblaient qu'un petit groupe de fidèles, somme toute assez marginal.

C'est à l'occasion de la révolution culturelle des idées et des valeurs de 1968 que Perls fut enfin « découvert », interviewé et photographié en première page du magazine *Life*. Il fut baptisé « le roi des Hippies », considéré comme l'un des précurseurs du grand mouvement de *libération de l'être*, et brusquement promu au rang de « gourou », à l'âge de... 75 ans !

Les plus éminents spécialistes traversent alors toute l'Amérique pour participer à ses démonstrations spectaculaires, où, en quelques instants, il débute les problèmes spécifiques de chacun et pointe une amorce de pistes de transformation. Viennent ainsi le voir travailler, tour à tour, Alexandre Lowen (fondateur de la bioénergie), Eric Berne (fondateur de l'analyse transactionnelle ou AT), John Grinder et Richard Bandler (fondateurs de la programmation neurolinguistique ou PNL), Stanislas Grof (fondateur de l'approche holotropique et de la thérapie transpersonnelle), et bien d'autres psychothérapeutes de renom, dont la plupart ont emprunté un certain nombre de ses techniques !

Perls était de plus en plus agacé par ses nombreux imitateurs et surtout par les jeunes thérapeutes inexpérimentés qui copiaient ses « trucs » sans

2. Voir sa biographie détaillée dans GINGER Serge (1987) : *La Gestalt, une thérapie du contact*, éd. Hommes & Groupes, Paris, 8^e édition, 2006, pp. 79 à 105, ou résumée in GINGER Serge (1995) : *La Gestalt, l'art du contact*, Guide de poche Marabout, Bruxelles, 9^e édition, Hachette, Paris, 2007, pp. 51 à 64.

avoir compris le sens profond du travail proposé. Ainsi, par exemple, le *hot seat*, où il asseyait ses clients face à une chaise vide sur laquelle était censé s'asseoir l'interlocuteur fantasmé du client (son père, son conjoint ou son patron, etc.). Il voulut donc résumer les *principes* fondamentaux de sa méthode, au-delà des techniques de mise en œuvre.

Perls était Allemand et ne maîtrisait pas très bien la langue anglaise. Il avait donc laissé le soin à ses proches de mettre en forme ses idées et ses intuitions – souvent géniales, mais parfois désordonnées... Après quoi, il ne se montrait guère satisfait du résultat, se sentant incompris, voire trahi – comme il n'est pas rare chez des génies créateurs !

Quoi qu'il en soit, il se mit donc en demeure de rédiger lui-même son « testament professionnel » et s'attela patiemment à cette tâche, à diverses reprises, durant la dernière partie de sa vie, de 60 à 77 ans. Il travailla à la rédaction de *The Gestalt Approach* (traduit ici par *Manuel de Gestalt-thérapie*), entre 1953 et 1963, soit rapidement après la publication de *Gestalt Therapy* (dont la rédaction par Paul Goodman l'avait laissé sur sa faim) et avant son installation à Esalen, en Californie, où il fut très accaparé par ses prestations publiques.

Il s'y attela de nouveau plus tard, au cours de la dernière année de sa vie, en 1969, à l'âge de 76 ans, après son départ d'Esalen, dans sa semi-retraite de l'île de Vancouver, dans le cadre de la communauté gestaltiste qu'il y avait créée et qu'il avait baptisée son *Gestalt-Kibboutz*.

C'est en décembre 1969, trois mois avant sa mort, qu'il remit son manuscrit à l'éditeur ; et ce livre ne fut publié *qu'à titre posthume*, en 1973.

* *

*

La version américaine initiale de ce livre comprenait deux parties, relativement indépendantes : une partie de réflexions théoriques et philosophiques et une partie pratique. Fritz Perls avait finalement souhaité lui-même que *The Gestalt Approach*, aide-mémoire théorique, accompagne un *film pédagogique* de démonstrations brèves : *Eye Witness to Therapy* (*Témoignages sur la thérapie*), réalisé notamment par Richard Bandler. Le script de ce film avait donc été édité en seconde partie de *l'Approche Gestalt*, rassemblant ainsi, dans un même livre de poche, théorie et pratique.

Malheureusement, les séquences écrites de cette seconde partie ne représentaient en quelque sorte que les « sous-titres » du film lui-même et n'en donnaient qu'une idée quelque peu distordue. Il y manquait l'action, les postures corporelles, les expressions des visages, le ton de la voix, les silences significatifs, etc. Une séquence réelle d'une demi-heure se trouvait

ainsi réduite à cinq minutes de lecture, parfois assez « plate », malgré le style délibérément provocateur de Fritz. Il convient, de plus, de préciser que la plupart des acteurs de ces séances brèves de démonstration étaient des professionnels, déjà psychologues, voire psychothérapeutes, ce qui les préparait à des prises de conscience rapides. Les véritables sessions de psychothérapie suivent en réalité un rythme tout différent et sont souvent exemptes de ces *insights*, que Fritz baptisait selon le cas, et non sans humour, *mini-satori* (illumination) ou plus simplement *expériences* « *aha!* » ou « *Eurêka* ». Ainsi, nous avons estimé que cette seconde partie était, en grande partie, obsolète, et risquait même d'induire une idée *déformée* du travail réel en Gestalt-thérapie, et nous avons préféré la laisser dormir en archives anglophones.

Tel qu'il est, ce recueil concentre en quelques pages, particulièrement claires et accessibles à tous, les idées centrales de Perls, qui ont permis à la Gestalt-thérapie de conquérir peu à peu tous les continents³ et de devenir aujourd'hui *l'une des thérapies majeures de notre temps*, prototype des nouvelles thérapies *humanistes et existentielles*, face aux courants traditionnels, psychanalytiques et comportementaux. Cette approche souligne la part de liberté et de *responsabilité* de chacun, ouvrant ainsi une troisième voie qui s'oppose au déterminisme « historique » (le poids de la première enfance) et « géographique » (le poids de l'environnement) des psychothérapies de l'époque. Elle implique une approche optimiste, recherchant le *potentiel* latent, les forces sous-jacentes du client et non ses faiblesses et ses manques.

Perls y remarque que l'individu ne peut se concevoir en dehors de son environnement, pas plus que le poisson en dehors de l'océan, et il propose une approche globale, *holistique*, replaçant les phénomènes dans leur *champ*. L'attention se portera donc sur les phénomènes advenant à la *frontière-contact* entre l'individu et son environnement et sur les perturbations du *contact*, notamment par introjections, projections ou confluence, conscientes ou non conscientes en ce moment. Le *non-conscient* englobe le fonctionnement physiologique de l'organisme et ne se réduit pas à l'inconscient freudien, nourri des refoulements du surmoi.

Le thérapeute et le patient (aujourd'hui dénommé plutôt « client », c'est-à-dire celui qui demande, et non le « patient » qui *subit* les « ordonnances » du médecin) sont deux partenaires *actifs* et *impliqués* qui mobilisent leur *awareness* (attention à la fois concentrée et flottante, intellectuelle et sensorielle,

3. La Gestalt se développe rapidement dans le monde: aux États-Unis, en Amérique latine, dans tous les pays d'Europe de l'Ouest et de l'Est, en Australie et au Japon. On compte aujourd'hui environ 200 instituts de formation de Gestaltistes professionnels dans le monde.

En ce qui concerne la France, on y trouve aujourd'hui une douzaine d'instituts de formation à la Gestalt, ainsi que deux associations professionnelles nationales, éditant chacune une revue semestrielle de plusieurs centaines de pages (soit près de 7000 pages d'articles techniques à ce jour).

centrée sur soi et sur l'autre) pour exploiter au maximum *l'expérience en cours* dans l'ici et maintenant de la séance, au niveau du *contenu verbal*, mais aussi et surtout au niveau de la *forme* psychocorporelle globale : respiration, ton et rythme de la voix, posture, expression du visage, regard, micro-gestes non conscients, etc. L'essentiel de la thérapie peut se résumer ainsi en quatre mots : *I and You, Now and How* (moi et toi, maintenant et comment).

Au-delà de la froide neutralité de « l'apathie » psychanalytique et de la chaude « empathie » surprotectrice de Rogers, Perls prône la « sympathie » d'un thérapeute incarné et authentique qui ne prend pas la place du client mais garde la sienne, au service de ce dernier, alternant de manière habile gratifications et frustrations, responsabilisantes et mobilisatrices. Cette *implication contrôlée*, exploitant délibérément le contre-transfert du thérapeute dans l'intérêt du client, demeure une caractéristique essentielle de la Gestalt-thérapie d'aujourd'hui.

Je me retiens de relater davantage le contenu de ce livre de base, au demeurant fort explicite et ne nécessitant pas de commentaires, afin de laisser au lecteur le plaisir de la découverte.

Cet ouvrage de base est enfin offert au public profane et spécialisé français, grâce à la double compétence de Jean-Pierre Denis, qui est à la fois un traducteur professionnel et un professionnel de la Gestalt-thérapie. C'est pourquoi il a souvent respecté les habitudes des psychothérapeutes français qui maintiennent volontiers dans leur langue d'origine certains termes techniques difficilement traduisibles, tels que *Gestalt, self, awareness*, etc. Cette traduction littéraire, voire poétique, permet une lecture agréable, adaptée à notre culture francophone, tout en restant fidèle à l'esprit de l'auteur.

Puisse cet ouvrage introductif, bref mais dense, inciter le lecteur à consulter les autres œuvres classiques des débuts de la Gestalt-thérapie traduites en français — dont on trouvera, pour mémoire, une analyse rapide à la suite de cette préface. Y sont cités aussi les principaux livres d'auteurs français, de plus en plus nombreux, parus sur ce thème, à ce jour.

Serge GINGER

*Fondateur de l'École Parisienne de Gestalt (EPG),
président de la Fédération internationale
des Organismes de Formation à la Gestalt (FORGE),
secrétaire général de la Fédération Française
de Psychothérapie et Psychanalyse (FF2P)*

Septembre 2008
183, rue Lecourbe, 75015 PARIS
E-mail : s.ginger@noos.fr

BRÈVE BIBLIOGRAPHIE CRITIQUE DES LIVRES EN FRANÇAIS SUR LA GESTALT-THÉRAPIE

Serge GINGER

Traductions d'ouvrages américains

- PERLS Fritz (1942) : *Ego, Hunger and Aggression*, son premier livre, publié en anglais en Afrique du Sud, en 1942¹ et traduit sous le titre *Le moi, la faim et l'agressivité*, Tchou, Paris, 1978, 344 pages. Ce livre a été rédigé en collaboration avec sa femme Laura Perls, alors qu'ils exerçaient encore tous deux comme psychanalystes. On y trouve cependant les prémisses de la Gestalt-thérapie – qui ne prendra forme officiellement que neuf ans plus tard, aux États-Unis. *Livre épuisé en français.*
- PERLS Fritz, HEFFERLINE Ralph, GOODMAN Paul (1951) : *Gestalt Therapy*, ouvrage *princeps*, publié à New York, en 1951. Ce livre – d'accès parfois difficile – a été traduit au Québec par un traducteur ignorant tout de cette approche. Il a été publié chez Stanké, à Montréal, sous le titre *Gestalt-thérapie*, en deux tomes : le tome I (rédigé par Hefferline, à partir de jeux et exercices proposés par Perls), en 1977, et le tome II (rédigé par Goodman, d'après les notes manuscrites de Perls), en 1979 (total des deux tomes : 600 pages). Une nouvelle édition vient de paraître. Une meilleure traduction a été publiée par Jean-Marie Robine, L'Exprimerie, Bordeaux, 2001, accompagnée de 42 pages d'intéressantes préface et postface.
- PERLS Fritz (1969) : *Gestalt Therapy Verbatim* reproduit l'enregistrement d'un séminaire de démonstration de Perls, à Esalen (Californie). Il a été publié en 1969 et a eu d'emblée un retentissement important – contrairement aux livres précédents qui restaient confinés à d'étroits cercles de spécialistes. La traduction française porte le curieux titre *Rêves et existence en Gestalt-thérapie* et a été publiée par l'Épi, à Paris, en 1972 (245 pages). *Livre épuisé en français.*

1. En 1942, c'est-à-dire la même année que l'ouvrage *princeps* de Rogers ; et non en 1947, comme on le lit trop souvent dans les publications américaines (c'est la date de la *réédition* en Angleterre).

- PERLS Fritz (1969) : *In and Out the Garbage Pail*, journal autobiographique, illustré de croquis par l'auteur, rédigé à Esalen en 1967 et 1968, est paru aux États-Unis en 1969, et a été traduit sous le titre *Ma Gestalt-thérapie, une poubelle vue du dedans et du dehors*, Tchou, Paris, 1976, 310 pages. *Livre épuisé en français.*
- POLSTER Erv et Miriam (1973) : *Gestalt Therapy Integrated* est paru aux États-Unis en 1973 et a été traduit dix ans plus tard, en 1983, aux éditions Le jour, à Montréal, sous le titre un peu complexe : *La Gestalt, nouvelles perspectives théoriques et choix thérapeutiques et éducatifs* (330 pages) (épuisé).
- SHEPARD Martin (1975), de son côté, a réalisé une biographie commentée, sous le titre *Fritz, an Intimate Portrait* (États-Unis, 1975), traduite chez Stanké, Montréal, en 1980, par *Le père de la Gestalt : dans l'intimité de Fritz Perls* (237 pages). *Livre épuisé en français.*
- ZINKER Joseph (1977) a publié *Creative Process in Gestalt Therapy*, en 1977 aux États-Unis, livre traduit en français à Montréal en 1981, et corrigé en 2006, dans une nouvelle édition, augmentée d'une préface de l'auteur et de Serge Ginger, sous le titre : *La Gestalt-thérapie, un processus créatif*, Dunod, Paris, 300 pages.

Bien entendu, depuis cette époque, la Gestalt s'est enrichie dans diverses directions. Elle a notamment intégré d'importantes avancées en neurosciences, qui ont confirmé plusieurs intuitions géniales de Perls, telles que l'importance des émotions pour l'encodage cérébral des expériences, la prééminence de l'hémisphère droit dans la perception première de notre environnement (Gestalt globale et spatio-corporelle), ainsi que le rêve comme projection et comme Gestalt inachevée, contribuant à intégrer l'expérience individuelle dans la mémoire inconsciente de l'espèce².

Les ouvrages américains classiques de *l'époque héroïque* (pour la plupart épuisés dans leur traduction française) seront donc utilement complétés par les livres *d'auteurs français contemporains* – que l'on trouve facilement en librairie – et dont voici les principaux, par ordre *chronologique* :

Ouvrages originaux en français

- PETIT Marie (1980), *La Gestalt, une thérapie de l'ici-et-maintenant*, ESF éditeur, Paris, 5^e édition, 1996, 156 pages. Le premier livre français sur la Gestalt, par une praticienne – qui est aussi psychanalyste jungienne. Un livre facile à lire, avec de nombreux exemples commentés.

2. Voir « Le cerveau et le rêve en Gestalt », dans GINGER S. (1987) *La Gestalt, une thérapie du contact* (p. 297 à 346).

- GINGER Serge et Anne (1987), *La Gestalt, une thérapie du contact*, Hommes et Groupes, Paris, 8^e édition, 2006, 550 pages. Devenu un des ouvrages de référence sur le sujet, publié en 5 langues. Nombreux tableaux et schémas. Glossaire et bibliographie complète de 1500 ouvrages et articles en français sur la Gestalt-thérapie.
- DELACROIX Jean-Marie (1994), *Gestalt-thérapie, culture africaine, changement*, L'Harmattan, Paris, 270 pages. Une expérience de formation en Côte d'Ivoire. Des réflexions intéressantes sur la Gestalt-thérapie et la *Théorie du self*, ainsi que sur l'ethnologie, par l'ex-directeur de l'Institut de Gestalt de Grenoble.
- ROBINE Jean-Marie (1994), *La Gestalt-thérapie*, Morisset, Paris, 60 pages. Un petit livre cartonné, en format de poche, résumant notamment la *Théorie du self*, par le directeur de l'Institut de Gestalt de Bordeaux.
- SALATHÉ Noël (1995), *Psychothérapie existentielle, une perspective gestaltiste*, Amers, Genève, 174 pages. Manuel à l'usage des étudiants et des cliniciens, par un des principaux didacticiens suisses.
- GINGER Serge (1995), *La Gestalt: l'art du contact*, guide de poche Marabout, Bruxelles; le best-seller des livres sur la Gestalt. Vendu à près de 100 000 exemplaires. 9^e édit. Marabout Hachette, Paris, 2007, 286 pages. Publié en 14 langues. Une introduction à la Gestalt-thérapie par un de ses pionniers en France. Philosophie, méthode et techniques. Les dernières données scientifiques sur le cerveau, le rêve, la sexualité. Conseils pratiques pour une thérapie ou une formation.
- ROBINE Jean-Marie (1998), *Gestalt-thérapie. La construction du soi*, L'Harmattan, Paris, 270 pages. Recueil de 13 articles théoriques et techniques (de 1984 à 1997), par le directeur de l'Institut de Gestalt de Bordeaux, rédacteur de la revue *Cahiers de Gestalt-thérapie*.
- MASQUELIER Gonzague (1999), *La Gestalt-thérapie aujourd'hui. Choisir sa vie*, Retz, 3^e édit., Paris, 144 pages. Livre d'introduction sur la méthode et les techniques, par le directeur de l'École parisienne de Gestalt (EPG), abondamment illustré d'exemples et de dessins. Élu *Grand livre du mois* par le *Club français du Livre*.
- LAPEYRONNE Brigitte (1999), *La confluence, approche d'un concept de la Gestalt-thérapie*, L'Exprimerie, Bordeaux, 180 pages.
- SCHOCH DE NEUFORM Sylvie (1999), *L'approche dialogale en Gestalt-thérapie*, L'Exprimerie, Bordeaux.
- MARTEL Brigitte (2004), *Sexualité, amour et Gestalt*, InterÉditions, Paris, 176 pages. L'originalité de la Gestalt dans l'accompagnement de la vie sexuelle. Réhabilitation de l'agressivité positive et des fantasmes.

- VANOYE Francis et DELORY-MOMBERGER Christine (2005), *La Gestalt, thérapie du mouvement*, Vuibert, Paris, 250 pages. Entretiens commentant les origines de la Gestalt, ses bases théoriques et méthodologiques.
- GINGER Serge (2006), *Psychothérapie : 100 réponses pour en finir avec les idées reçues*, Dunod, Paris, 288 pages. Un panorama provocateur sur les malentendus courants concernant la psychothérapie et la Gestalt.
- HIGY-LANG Chantal et GELLMAN Charles (2007), *La Gestalt expliquée à tous*. Préface d'Alain DELOURME, Eyrolles pratique, Paris, 216 pages. L'histoire de la Gestalt et ses principaux concepts. Approche de la SexoGestalt.
- PÉRIOU Martine (2008), *Découvrir la Gestalt-thérapie*. Préface de Serge GINGER, InterÉditions, Paris, 174 pages. Clair et accessible, illustré de nombreux cas cliniques ; l'histoire de la Gestalt, ses concepts, sa pratique.
- MASQUELIER-SAVATIER Chantal (2008), *Comprendre et pratiquer la Gestalt-thérapie*, InterÉditions, Paris, 278 pages. Les principes fondateurs de la Gestalt-thérapie et ses différents courants actuels.
- GINGER Serge et Anne (2008), *Guide pratique du psychothérapeute humaniste*. Préface de Mony ELKAÏM, Dunod, Paris, 256 pages. Rédigé dans un style vivant, abondamment illustré de vignettes cliniques, ce livre s'adresse aux psychothérapeutes débutants ou confirmés, ainsi qu'aux clients désireux de mieux comprendre leur itinéraire. Il apporte à la fois des conseils pratiques et une réflexion philosophique.

AVANT-PROPOS DE L'ÉDITEUR AMÉRICAIN (mai 1973)

Ce livre comprend deux parties distinctes qui se complètent. Même si chacune formait à l'origine un projet littéraire à part entière, interrompu par la mort de Fritz Perls en 1970, leur auteur ne se serait sans doute pas opposé à leur publication en un seul volume.

La première partie théorique (*The Gestalt Approach*) deviendra sans doute un ouvrage de référence dans le monde de la Gestalt. Il est vrai que les deux premiers livres de Fritz Perls – *Le moi, la faim et l'agressivité* (1942) et *Gestalt Thérapie* (1951) – sont obsolètes et difficiles à lire. Depuis cette époque, Perls n'a pas arrêté de vivre, d'aimer, de lutter, de travailler, intégrant à sa réflexion et à sa pratique les religions orientales, la méditation, le psychédélisme et le travail corporel. Fritz était un personnage hors du commun. Il assumait tous les rôles : le médecin, l'ennemi, l'emmerdeur, le professeur charismatique, l'amoureux, le vieux pervers, l'artiste, l'écrivain... Il vivait de plus en plus dans le présent et était devenu un véritable virtuose dans les arts psychothérapeutiques.

Il commença à écrire *The Gestalt Approach* dans les années cinquante, avant son séjour à Esalen, et ne reprit son travail qu'en 1969, après qu'il eut déménagé à Cowichan, charmante petite ville en bois située sur les rives du lac Cowichan (près de Victoria, au Canada), où il voulait installer une communauté gestaltiste. Vraisemblablement, il ne savait pas encore exactement quelle forme elle prendrait, mais il espérait créer un milieu favorable à une vie plus intense et plus lucide, où chacun reprendrait possession des parties reniées de lui-même et assumerait totalement la conscience de son être intérieur. Il voulait mettre sur pied un centre où les thérapeutes pourraient vivre et étudier pendant plusieurs mois.

Nous résidions à Cowichan pendant les deux derniers mois que Fritz y a passés. Il disait à qui voulait l'entendre qu'il n'avait jamais été aussi heureux. Il menait enfin une vie calme et régulière. Il jouait, aimait, écrivait, enseignait et conduisait des thérapies. Il s'inquiétait

seulement d'avoir tant d'émules qui imitaient sa technique sans comprendre la portée générale de ses théories. C'est pourquoi il désirait mettre en forme sa philosophie et ses intuitions et avoir à sa disposition un manuel théorique et pratique de psychothérapie qui soit vivant et concis. Ainsi est née l'idée de rassembler les transcriptions de ses films et de ses conférences à Cowichan et de les faire précéder d'une partie théorique. Il nous confia l'ébauche de ce qui allait devenir ce *Manuel de Gestalt-thérapie* avant de quitter Cowichan au début du mois de décembre 1969, dans l'intention de terminer ce travail au printemps qui suivait. Il n'est jamais revenu ; nous avons alors demandé à Richard Bandler de revoir ces documents en vue d'une publication ultérieure.

Bien que la première partie théorique, *The Gestalt Approach*, puisse se suffire à elle-même, elle constitue une excellente introduction à la lecture des transcriptions. Les échantillons choisis par Richard Bandler sont représentatifs de la thérapie gestaltiste et sont généralement assez simples pour se passer de tout commentaire. Quelques séances vont plus loin dans le travail de la Gestalt et donnent une idée des transcriptions qui seront publiées plus tard.

Notre devoir de mémoire envers Fritz Perls ne serait pas complet si nous n'avions pas publié un dernier ouvrage, *Legacy from Fritz* [*L'héritage de Fritz*], contenant les conférences du fondateur de la Gestalt-thérapie à Cowichan pendant les dernières années de sa vie. D'un style simple et familier, ces entretiens, parfois très émouvants, témoignent de l'influence de la philosophie orientale sur Perls. Ils sont illustrés de transcriptions inédites de travail avancé en Gestalt. Fritz aimait ces séances et recommandait leur étude intensive à l'aide des films qui les accompagnent.

Nous avons également fait paraître un troisième ouvrage, *Gifts from Cowichan*, de Patricia Baumgardner, dans lequel l'auteur décrit sa formation avec Fritz Perls pendant les trois derniers mois de sa vie et la manière dont elle a intégré ses nouvelles connaissances dans sa pratique clinique.

Dr Robert S. Spitzer,
directeur de publication,
Science and behavior Books