

# Thierry Gaillard

## Intégrer ses héritages transgénérationnels

Une synthèse des pratiques ancestrales et contemporaines



Thierry Gaillard

intégrer ses héritages transgénérationnels

*Une synthèse des pratiques anciennes et  
contemporaines*



ÉCODITION

\*\*\*

Du même auteur aux éditions Écodition

- **Sophocle thérapeute, La guérison d'Œdipe à Colone,** 2013.

- **L'autre Œdipe, De Freud à Sophocle,** 2013.

- **L'intégration transgénérationnelle, Aliénation et connaissance de soi,** 2014.

- **La renaissance d'Œdipe, Perspectives traditionnelles et transgénérationnelles,** 2014.

Ouvrages collectifs

- **Exemples d'intégration transgénérationnelle,** 2014.

- **Le transgénérationnel dans la vie des célébrités,** tome 1, 2015 et tome 2, 2017.

- **Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle,** 2016.

En anglais :

- **Œdipus Reborn,** 2012.

- **How to Deal with the Invisible Heritages from Your Family Tree,** 2018

Formations (webinaires), consultations, supervisions sur

<http://www.thierry-gaillard.com>

Couverture : *Rebirth Cycle* avec l'aimable autorisation d'Elizabeth Lyle ([www.dreamingheart.com](http://www.dreamingheart.com)).

Écodition éditions

18, rue De-Candolle, 1205 Genève, Suisse.

ecodition@gmail.com – <http://www.ecodition.net/>

2018, quatrième édition modifiée

(Première édition 2012, ISBN 978-2-970077-38-1)

©2018, *Le visible et l'invisible* Sarl. Tous droits réservés

ISBN : 978-2-940540-20-4

# Sommaire

## **Avant-propos et remerciements**

1. **Introduction**
2. **Une ancienne science**
3. **L'inconscient transgénérationnel**
4. **Transferts entre générations**
5. **Face aux nécessités transférentielles**
6. **L'intégration transgénérationnelle**
7. **Un modèle holistique**
8. **Deviens qui tu es, si tu le découvres**
9. **Conclusion**

## **Annexes**

Résumés d'*Œdipe-roi* et d'*Œdipe à Colone*

## **Glossaire**

Aliénation - Le *Ça*, le *Moi* et le *Surmoi* – Le positivisme – La phénoménologie - Connaissance de soi.

## **Bibliographie**

## Avant-propos et remerciements

Ce livre est destiné autant aux professionnels qu'à toutes personnes désireuses d'en savoir plus. Il présente l'essentiel de mes recherches et résume quelques analyses développées dans un livre plus exigeant : *L'intégration transgénérationnelle*.

Le but de ce livre est double : sensibiliser les lecteurs à l'importance d'une discipline en plein essor et en présenter une synthèse novatrice, *l'intégration transgénérationnelle*.

Dès lors qu'elle tient compte de l'inconscient, *l'intégration transgénérationnelle* s'inscrit dans le domaine plus général de la psychologie des profondeurs, elle-même fille d'une ancienne tradition herméneutique. Ainsi, contrairement à de nombreuses autres approches « transgénérationnelles » qui, paradoxalement, ne respectent ni leurs origines, ni la nécessité de s'inscrire dans une continuité, l'intégration transgénérationnelle renouvelle des savoirs ancestraux et ainsi approfondit le domaine de la psychologie des profondeurs.

Cet ouvrage n'aurait pas été aussi complet sans le concours de mes client(e)s que je remercie ici très sincèrement pour avoir accepté de partager leurs expériences et d'en faire ainsi profiter les lecteurs.

Thierry Gaillard, juin 2018.

*« Bien des choses s'éclaireraient  
si nous connaissions notre généalogie ! »  
Gustave Flaubert*

# 1. Introduction

Les histoires non terminées ont cette étonnante tendance à se répéter, comme si le destin insistait et qu'il nous demandait de mieux les comprendre. Et en effet, lorsque nous trouvons leurs sens véritables, ces situations semblent ne plus revenir, comme si nous en étions libérés. Alors seulement pouvons-nous tourner une page de notre histoire et, fort de cet apprentissage, aborder l'écriture d'un nouveau chapitre de notre vie. Ce principe ne s'observe pas seulement au niveau individuel, mais aussi à l'échelle familiale et collective. Winston Churchill l'exprimait en ces termes : « ceux qui ne parviennent pas à apprendre de l'histoire sont condamnés à la revivre ».

En multipliant une même problématique, ce principe de répétition nous rend attentif aux histoires non réglées. Si nous arrivons à résoudre certaines de ces difficultés, d'autres restent des énigmes dont la solution semble nous échapper. Mais aujourd'hui, les analyses transgénérationnelles élargissent notre horizon : certaines de nos problématiques répètent des histoires non terminées de nos aïeux !

Par exemple, un père peut laisser à ses enfants les conséquences psychologiques d'un trauma qu'il aurait subi pendant son enfance. Une famille peut laisser en héritage les conséquences d'un secret de filiation. Une collectivité peut transmettre et faire peser sur les prochaines générations son inconscience des lois naturelles, par exemples, en polluant des terres sans savoir, ni vouloir, faire autrement.

Voici un premier exemple tiré de mon expérience thérapeutique. Soulagée et très excitée, Caroline m'explique que son problème avec les portes fermées est réglé ! Depuis toute petite elle ne supportait pas d'être dans une pièce si la porte était fermée. Chez elle, au travail et même dans des lieux publics (aux toilettes par exemple) elle devait toujours garder les portes ouvertes ! Pour l'aider, nous avons entamé un travail de clarification de son arbre de

famille et les histoires de ses parents et grands-parents commençaient à sortir de l'ombre. Et lors d'une visite chez ses parents, sa mère lui a expliqué que lorsqu'elle était petite, sa propre mère (la grand-mère de ma cliente) l'enfermait systématiquement à clef dans des pièces de leur appartement pour la punir. Or ces punitions lui étaient insupportables, vécues comme de véritables traumatismes émotionnels où se mêlaient sentiments de désespoir et d'abandon. Et Caroline m'explique que : « pendant que ma mère me racontait ce qu'elle avait vécu pendant son enfance, non seulement j'avais enfin une compréhension d'où me venaient mes problèmes de portes fermées, mais surtout j'ai ressenti physiquement un changement, comme si quelque chose s'évaporait. Car en effet, sans y prêter attention, le soir même et les autres jours depuis, j'ai refermé les portes de ma chambre et des pièces où je me trouvais comme si de rien n'était ! Je n'ai plus de problèmes avec les portes fermées ! »

Je n'ose pas imaginer le nombre de personne qui, comme Caroline, pourraient bénéficier de ce genre de transmission de l'histoire de leurs parents et grands-parents. Car autrement, forcément, les nouvelles générations se débattent avec des problèmes dont elles ne peuvent même pas soupçonner l'éventuelle origine transgénérationnelle. Ce n'est qu'après coup que les choses paraissent évidentes.

Certes, Caroline avait déjà travaillé sur ce problème d'angoisse des portes fermées en recourant à diverses thérapies et sans doute était-elle « mûre » pour guérir. Mais seul le travail transgénérationnel et l'attention portée à l'histoire de sa famille lui aura permis de découvrir l'origine de son problème. Cet exemple thérapeutique confirme ce que la psychologie des profondeurs a compris depuis plus d'un siècle : donner du sens à ses symptômes reste la condition *sine qua non* d'une guérison durable.

À travers de nombreux exemple d'analyses transgénérationnelles nous verrons de quelles manières des problématiques similaires, ou symboliquement apparentées, se retrouvent sur plusieurs générations. Un peu comme si les ancêtres nous laissaient le soin de résoudre pour nous-même, ainsi que pour

les prochaines générations, les histoires qu'ils n'auront pas pu régler du temps de leurs vivant.

### ***Une transmission inconsciente***

Même si cela peut paraître étonnant, il faut reconnaître que les histoires non résolues ne disparaissent pas comme cela. Même si nous les refoulons, ou les oublions, cela ne signifie pas qu'elles soient terminées ou réglées. Au contraire, elles se transmettent d'autant plus sûrement aux prochaines générations lorsqu'elles sont activement refoulées, déniées ou oubliées. Ces histoires non terminées constituent une sorte de « passé qui n'est pas passé ». En devenant inconscientes, elles deviennent aussi intemporelles. Elles restent comme suspendues au temps, telle une dette qu'il faudra bien éponger un jour où l'autre. Nous les retrouvons cachées derrière toutes sortes de symptômes et de difficultés qui poursuivent les nouvelles générations. Et puisqu'ils ne sont généralement pas conscients de l'origine transgénérationnelle de leurs difficultés, ceux qui en héritent les transmettent à leurs tours à leurs enfants.

Bien sûr, les esprits strictement rationnels pourraient douter d'une telle transmission des histoires non terminées entre les générations. Pourtant l'idée n'est pas nouvelle, au contraire, puisqu'elle remonte très loin dans l'histoire de l'humanité. Comme nous le verrons dans le prochain chapitre, il s'agit là d'une de ces connaissances traditionnelles que notre civilisation moderne aura perdues et que nous redécouvrons aujourd'hui grâce aux thérapies transgénérationnelles ainsi qu'à l'épigénétique (analyses de l'ADN). Les Anciens Grecs par exemple étaient parfaitement conscients de ce qui se transmettait entre les générations. Pour eux, il était tout à fait clair que les familles, liées par les liens du sang, forment une seule et même entité et que leurs derniers représentants héritaient autant des biens accumulés que des histoires non terminées de leurs aïeux.

Aujourd'hui, grâce aux analyses transgénérationnelles, nous savons à quel point les expériences marquantes (traumas, secrets, drames affectifs, etc.), que nos aïeux n'ont pas pu ou pas su

intégrer, laissent des héritages inconscients qui se transmettent aux descendants, d'où le terme de « transgénérationnel » pour les qualifier.

Ainsi, en plus des héritages aisément reconnaissables (morphologie, patrimoine, talents et savoir-faire), l'expérience thérapeutique a donc révélé l'existence de ces héritages à priori invisibles, associés à des vécus et à des conflits non intégrés par nos aïeux. Conformément au vocabulaire employé dans la littérature spécialisée, il s'agit donc de bien différencier les transmissions **intergénérationnelles** qui sont volontaires, conscientes, verbalisées et verbalisables, des transmissions **transgénérationnelles** qui sont, elles, inconscientes, involontaires et potentiellement pathologiques. Ce sont ces dernières qui réclament un travail d'intégration transgénérationnel.

### ***Transmissions versus omissions***

Comme j'ai pu le constater de nombreuses fois en thérapie, dès lors que les personnes prêtent plus d'attention à leurs anciennes histoires familiales, au-delà des liens directs aux parents, les résistances à l'égard de leur propre passé s'amenuisent. Elles cessent de se braquer contre leur propre passé. Tout se passe comme si le fait de parler des aïeux libérait une parole, permettant aux maux de trouver des mots, pour laisser apparaître de nouvelles perspectives. D'une certaine manière, cette possibilité de parole répond à un besoin naturel de clarifier, de transmettre, et de se libérer.

Des parents se mettent à parler de leurs vies, laissent revenir des souvenirs de l'enfance, comme s'ils osaient finalement mettre des mots sur des choses longtemps restées en travers de la gorge, jamais intégrées. Même en fin de vie, sentant la nécessité de trouver la paix, des personnes révèlent leurs secrets, ou cherchent à clarifier des situations anciennes (grâce à des tests ADN pour par exemple écarter un doute de paternité). Réalisent-elles seulement l'immense cadeau qu'elles font à leurs descendants ?

Malheureusement, notre conditionnement culturel nous incite à préserver les apparences au lieu de valoriser un rapport de transparence à la vérité. Et plutôt que de transmettre à leurs enfants ce qu'il en est véritablement de leurs histoires, par exemple de partager des secrets, les parents se contentent trop souvent de léguer des biens matériels. Mais s'ils servent à taire des secrets, à se déculpabiliser d'histoires non intégrées, ces héritages ont tôt fait de se transformer en cadeaux empoisonnés. En écoutant certains de mes clients j'ai pu comprendre à quel point d'important héritages matériels pouvaient être aliénants pour ces descendants de familles fortunées, pris dans des conflits inconscients de loyauté et victimes de lourds secrets qui, derrière le glamour, laissent transparaître le revers de la médaille, parfois inimaginable. Assurément, en termes de transmission, rien n'a plus de valeur que l'histoire transmise en conscience et en parole.

### ***Conséquences d'un secret de famille***

Voici un autre exemple qui montre l'influence qu'un secret de famille peut avoir sur le destin d'un enfant. Delphine vient me voir pour l'aider à intégrer un secret de famille lourd de conséquences pour elle. Après un mariage malheureux, finalement ponctué par un divorce, une de ses tantes lui révèle que son père n'est pas le géniteur de sa sœur aînée. Plus tard, son père lui expliquera : « quand ta mère a su qu'elle était enceinte, elle est allée se confesser au curé et puis on s'est marié quand même .... (!) mais la honte et la culpabilité l'ont envahie toute sa vie, quand Arlette [la sœur aînée] est décédée elle s'est écriée immédiatement : "c'est le bon dieu qui m'a punie !" »

La découverte du secret de sa mère fut un choc pour Delphine. En effet, avec cette information, elle s'explique enfin pourquoi sa mère l'avait obligée à se marier avec l'homme qui venait de la mettre enceinte alors qu'elle n'en avait aucune envie, qu'elle était trop jeune. Ce que la mère n'avait pas fait (se marier avec l'homme qui l'avait mise enceinte), sa fille devra le faire ! La culpabilité de sa mère avait forcé la décision. « En me mariant j'ai rejoué le secret

non mis à jour de mes parents : je n'ai pas pu dire : "je ne veux pas me marier, c'est injuste, c'est monstrueux" ; en me mariant je rendais visible l'histoire non terminée de ma mère, je vivais le secret à mes dépens. Je me suis toujours dit que je vivais ma vie à l'envers, que les cartes avaient été brouillées ; le jour de mon mariage j'avais l'impression que tout le monde était présent sauf moi .... il me reste à faire la paix avec ça ... »

En remontant sur plusieurs générations, notre travail d'analyse transgénérationnelle lui permet de reconstituer la nature des liens entre les membres de sa famille, le contexte de l'époque aussi. Delphine fait encore d'autres découvertes qui élargissent ses perspectives. Cette vision plus globale lui permet de prendre du recul, de donner du sens à différents épisodes de sa vie qu'elle n'avait jamais compris. Pour restaurer la parole, la transparence, j'explique à Delphine qu'elle-même n'a pas à rester dans le non-dit, qu'elle peut essayer d'en parler, c'est-à-dire de faire entendre son point de vue. En visite chez sa mère, Delphine, courageuse, tente une « parole vraie ». Voici ce qu'elle m'écrira : « ça a vraiment été très difficile pour moi : elle est âgée, elle ne va pas bien, elle perd la mémoire ; mais elle m'a écoutée, elle m'a dit : "je ne savais pas ton histoire, je ne savais pas tout ça" ; je crois qu'elle était sincère. Dix jours plus tard, elle m'a rappelée et m'a demandé pardon pour les souffrances que leur silence avait généré. Cette journée-là a été remplie de soleil. Je lui ai dit que son geste allait me guérir moi et sans doute aussi les autres membres de la famille. Elle m'a dit : "oui moi aussi je veux guérir"».

Bien entendu, ce n'est pas en quelques mois que l'on réécrit quarante années de sa vie. Mais Delphine peut compter sur le soutien de son compagnon, sur le dégel des esprits dans sa famille, et même sur l'intérêt des enfants et petit-enfants de sa sœur aînée qui apprécie son effort de clarification. Comme elle s'y est attelée dans son travail d'analyse transgénérationnelle, mettre des mots sur les non-dits, les secrets et les malentendus est une première étape cruciale pour intégrer les conséquences du secret de sa mère, viser un apaisement et préserver les nouvelles générations.

## ***Porter l'histoire de sa mère***

L'exemple qui suit illustre la transmission d'une histoire non terminée entre trois générations de femmes. Une mère de famille<sup>[1]</sup> était venue en consultation pour comprendre pourquoi elle se retrouvait toujours à vivre des expériences similaires à celles de sa grand-mère. Depuis son enfance, combien de fois Micheline n'avait-elle pas été comparée à sa grand-mère. Les parallèles entre sa propre vie et celle de sa grand-mère étaient nombreux et cela ne lui avait pas échappé, ni à son entourage. En particulier, après avoir toutes deux soudainement perdu leurs maris, elles s'étaient retrouvées dans la position d'être les « secondes femmes » d'hommes fortunés qui n'arrivaient pas à quitter leurs épouses, elles-mêmes dépressives et sous médicaments. Mais lorsqu'elle dut subir des examens pour dépister un possible cancer du pancréas, elle eut si peur de subir le même sort que sa grand-mère, morte d'un cancer du pancréas à cinquante-quatre ans, qu'elle se décida à consulter pour changer le cours d'un destin qu'elle ne maîtrisait plus. Ce qui jusqu'ici l'étonnait, voire l'amusait, devenait soudainement une source d'inquiétude.

Son analyse transgénérationnelle lui permit de mieux comprendre de quelles manières les histoires non terminées, d'abandon notamment, entre sa mère et sa grand-mère s'étaient rejouées entre elle et sa mère. En y réfléchissant, Micheline avait senti déjà très jeune qu'elle devait aider sa mère, que c'était là son rôle. Elle avait endossé cette mission de réparer la relation de sa mère avec sa propre mère sans réaliser à quel point elle s'était alors elle-même mise de côté.

Puis, un jour, Micheline me raconte un lapsus de sa mère qui l'avait frappée. Elle me répète les termes employés par sa mère lorsque récemment, en présence de son père, ils furent présentés à des connaissances : « et voici ma fille et son mari » au lieu de dire « et voici ma fille et mon mari ». Pour comprendre ce lapsus, il faut savoir que pour sa mère, son mari assumait le rôle de son propre père jadis déporté en Sibérie - un important épisode traumatisant que nous avons précédemment clarifié. Le lapsus de sa mère

confirmait que la personne à laquelle sa mère s'adressait, ce n'était pas vraiment elle, Micheline, mais sa grand-mère. En effet, si son mari représentait son père, sa fille pour sa part venait représenter sa mère. Le lapsus était révélateur du transfert de la figure de la mère sur sa fille (« voici ma mère et son mari »). Cette prise de conscience fut libératrice. Elle fournissait la clef, significative pour Micheline, du fait que sa mère la mettait dans la « peau » de sa grand-mère.

Pour expliquer ce genre de situation, la littérature spécialisée parle d'un processus de « parentalisation ». À force d'être pris dans les transferts de ses parents, l'enfant s'y conforme et se retrouve à vivre les histoires non terminées de ses ancêtres, subissant inconsciemment une programmation de son destin.

En clarifiant le passé de sa grand-mère et la relation conflictuelle qu'elle avait eu avec sa fille, ma cliente pu progressivement s'extirper de la position qui fut la sienne pendant toutes ces années. Ces prises de consciences lui permirent de se retrouver elle-même, c'est-à-dire comme une personne plus indépendante de ce qui n'a pas joué entre sa mère et sa grand-mère, dont elle avait hérité la charge. Elle put ainsi se différencier de sa grand-mère et mieux comprendre le sens de nombreux épisodes troublants qui avaient marqués sa vie. En effet, devenir soi-même permet d'éclairer certaines zones d'ombre de son histoire et de les « réécrire ». Elles peuvent alors rejoindre le grand livre de l'Histoire et ne plus s'imposer dans le quotidien.

### ***Conséquences des deuils non faits***

Dans un article paru dans *Exemples d'intégration transgénérationnelle*, Salomon Sellam raconte une situation particulièrement saisissante ; celle d'une petite fille âgée de six ans, présentant des symptômes de bronchites asthmatiformes. Venu en consultation pour tenter de trouver une solution pour sa fille, le père se mit à parler des circonstances de la disparition prématurée de son père alors qu'il n'avait que sept ans. Tremblant d'émotions, suant, le père d'Aurélie explique au médecin, et en présence de sa

filles, le suicide au gaz de son propre père. Au vu de l'émotion suscitée et de la difficulté d'en parler, il est clair qu'il n'avait pas encore fait le deuil de son père.

Pour Salomon Sellam<sup>[2]</sup> : « Sans surprise, tout ce matériel non-dit et non intégré débouche sur une manifestation psychosomatique chez l'enfant : celui-ci n'est que l'héritier involontaire de toute une histoire familiale problématique et sa pathologie en est le reflet inconscient. De mettre à plat toute cette dynamique, sans tabou et avec le plus de vérité possible, représente le premier pas vers une réconciliation familiale dans le but de décharger les diverses émotions négatives à l'origine de leur transformation en signes cliniques pathologiques. En d'autres termes, Aurélie n'a plus besoin de signifier à ses parents qu'avec l'asthme, elle endosserait inconsciemment leurs problématiques. La suite fut assez simple : efficacité accrue des traitements antiasthmatiques et, au bout de six mois environ, arrêt progressif des médicaments. » Cet exemple montre comment l'histoire non terminée entre le père d'Aurélie et son propre père se poursuivait avec les symptômes pulmonaires de la fillette, évoquant l'asphyxie au gaz de l'aïeul.

Un autre exemple d'analyse transgénérationnelle nous emmènera un peu plus loin dans l'analyse des héritages inconscients. Marc Wolynn présente le cas de Gretchen, une femme qui souffre de dépression et d'anxiété malgré des années de médicalisation avec des antidépresseurs et de multiples thérapies de groupe. « Elle m'a dit qu'elle ne voulait plus vivre. Aussi longtemps qu'elle se souvienne, elle avait lutté avec des émotions si intenses qu'elle pouvait à peine en contenir les poussées de son corps. Gretchen avait été admise à plusieurs reprises dans un hôpital psychiatrique où elle avait été diagnostiquée bipolaire avec un trouble d'anxiété sévère. Les médicaments ne l'ont pas guérie des pulsions suicidaires qui l'habitaient. Adolescente déjà elle se mutilait avec des cigarettes et maintenant, à trente-neuf ans, Gretchen en avait assez. Sa dépression et l'anxiété, disait-elle, l'avaient empêchée de se marier et d'avoir des enfants. Et finalement, elle m'annonce avoir l'intention de se suicider. »<sup>[3]</sup>

Marc Wolynn veut en savoir plus et lui demande de quelle manière elle a prévu de se tuer. Gretchen dit qu'elle va s'évaporer. Son plan était de sauter dans une cuve d'acier en fusion à l'usine où son frère travaille : « Mon corps sera incinéré en quelques secondes, avant même qu'il n'atteigne le fond. » Certains mots déjà entendus chez des descendants de victimes de l'Holocauste amènent le thérapeute à lui demander si quelqu'un dans sa famille était juif ou avait été impliqué dans l'Holocauste. Après une hésitation, Gretchen se rappelle alors l'histoire de sa grand-mère. Cette dernière était née dans une famille juive en Pologne, mais elle s'était convertie au catholicisme en venant aux États-Unis et en épousant le grand-père de Gretchen en 1946. Deux ans plus tôt, toute sa famille avait péri dans les fours d'Auschwitz ! Ils avaient littéralement été gazés, engloutis, dans des vapeurs toxiques, puis incinérés. Mais dans la famille cette histoire n'avait été qu'une trace anecdotique, banalisée, et personne n'avait jamais parlé, ni de la guerre, ni du sort des frères, sœurs et parents de cette grand-mère.

Pour Marc Wolynn il devenait clair que les symptômes de Gretchen trouvaient leur signification avec l'histoire de sa grand-mère qui n'avait de toute évidence pas pu intégrer le sort tragique de sa famille ni faire tous les deuils que cela supposait. « Comme je lui explique ce rapport, Gretchen écarquille les yeux et une couleur rose apparut sur ses joues. Je vis que mes paroles entraient en résonance. Pour la première fois, Gretchen trouvait une explication qui donnait du sens à sa souffrance. »

Pour amorcer un travail d'intégration, le thérapeute invite ensuite Gretchen à imaginer les sentiments qui pouvaient habiter sa grand-mère. Un exercice qui la renvoie à des sensations écrasantes de perte, de douleur, de solitude et d'isolement, ainsi qu'à une profonde culpabilité, que beaucoup de survivants ressentent du fait d'être restés en vie alors que leurs proches furent exterminés. « Lorsque Gretchen a pu accéder à ces sensations, elle se rendit compte que sa volonté de s'anéantir était profondément liée à l'histoire des membres disparus de sa famille. Elle s'est également rendu compte qu'elle avait hérité des pulsions suicidaires de sa grand-mère.

Absorbée dans cette nouvelle compréhension de l'histoire de sa famille, son corps a commencé à s'adoucir, comme si quelque chose en elle qui avait longtemps été noué pouvait maintenant se défaire. » Un processus d'intégration peut alors commencer, qui permettra de donner du sens aux symptômes et de les intégrer.

Claude Nachin<sup>[4]</sup> présente une autre situation qui montre de quelle manière des vécus non intégrés par des aïeux peuvent affecter des descendants. Une femme est venue le consulter à cause d'une phobie du froid doublée d'une certaine frigidité. Un jour, contrairement à son discours habituel, la voilà qui fait part d'idées suicidaires et mentionne que sa tante est à nouveau déprimée. En approfondissant cette piste, il apparaît que ni la mère de la jeune femme, ni ses tantes, n'ont fait le deuil de leur père, hydrocuté<sup>[5]</sup> lors d'un voyage avec sa maîtresse, bien avant la naissance de la patiente. Ses symptômes prenaient alors une nouvelle signification : celle des manifestations inconscientes d'un deuil non fait par sa mère et ses tantes et dont elle aura hérité la charge. En effet, à travers certains de ses symptômes (précautions contre le froid et inhibition sexuelle) elle exprimait le contexte du décès de son grand-père. Au vu des circonstances, un non-dit s'était installé, qui empêchait le travail du deuil de se faire pleinement. Or les symptômes de cette femme « parlaient de ça », de ce qui n'avait pas été intégré. Une fois la signification transgénérationnelle de ses symptômes mise à jour, cette femme a enfin pu commencer à intégrer ce qui l'aliénait.

Tous ces exemples montrent à quel point une association entre des symptômes et des histoires non terminées de nos ancêtres produit des transformations. Ces exemples témoignent d'un lien entre d'anciens conflits non intégrés par des ancêtres et les symptômes chez des héritiers. Des associations hautement significatives qui sont autant d'étapes qui jalonnent le travail d'intégration des héritages transgénérationnels. De telles associations caractérisent toutes les approches dites « transgénérationnelles ».

Mais l'intérêt de l'intégration transgénérationnelle ne se limite pas aux seules questions thérapeutiques. En effet, ce travail peut aussi se comprendre sous un autre angle, par exemple à des fins de développement personnel, pour mieux se connaître. Dans les anciennes traditions, l'héritier n'est pas seulement « victime », il est aussi celui par qui une famille, une collectivité, peut se guérir des histoires non terminées de leurs ancêtres. À ce propos, Pierre Ramaut explique que « les Anciens chinois considéraient en effet qu'un "mandat transgénérationnel", découlant de la filiation aux ancêtres, pouvait être donné par le "Ciel", à l'un des ultimes descendants de la lignée. Ce dernier est "mandaté" pour reprendre à son compte l'inachevé (ou les inachevés) de l'arbre généalogique et pour intégrer, à travers son parcours de vie, l'impensé généalogique familial. »<sup>[6]</sup>

### ***La psychologie des profondeurs et l'inconscient transgénérationnel***

Contre cette fausse idée qu'il s'agirait de revenir dans le passé, il faut comprendre que ce n'est pas le passé lui-même qui affecte les descendants, mais ses conséquences inconscientes. Celles-ci sont d'autant plus présente qu'elles sont devenues inconscientes. Ce sont elles qui opèrent dans l'instant présent, réclamant la mise à jour de leurs significations. En thérapie, il s'agit donc de décrypter, derrière les symptômes, la présence de ces héritages transgénérationnels inconscients. Un travail qui nous renvoie seulement indirectement et de manière symbolique aux histoires non terminées des ancêtres.

Cette dimension intemporelle de l'inconscient n'avait pas échappé aux pionniers de la psychologie des profondeurs<sup>[7]</sup>. Ils avaient déjà expliqué pourquoi et comment les difficultés non intégrées perdurent dans le temps, comme s'il s'agissait d'une dette en attente d'être soldée. Freud en particulier avait observé la tendance à répéter les mêmes problèmes, nommée « compulsion de répétition », comme d'une tentative de se remémorer un souvenir devenu inconscient. Et à la fin de sa vie, il avait mis le doigt sur ce

que nous appelons aujourd'hui l'inconscient transgénérationnel : « l'hérédité archaïque de l'homme ne comporte pas que des prédispositions, mais aussi des contenus idéatifs, des traces mnésiques, qu'ont laissées les expériences faites par les générations antérieures. »<sup>[8]</sup> S'agissant de son dernier ouvrage, testamentaire, Freud indiquait par là une piste fertile à l'attention de ses lecteurs. Ironie du sort, sans doute trop occupés à combattre la notion d'inconscient collectif de Jung, par trop de fidélité aux dogmes freudiens, la grande majorité de ses disciples sont passés à côté de l'importance et de l'intérêt des dernières indications de leur maître.

De son côté, Jung avait analysé sa généalogie et mesuré l'importance du transgénérationnel. « Tandis que je travaillais à mon arbre généalogique, j'ai compris l'étrange communauté de destin qui me rattache à mes ancêtres. J'ai très fortement le sentiment d'être sous l'influence de choses et de problèmes qui furent laissés incomplets et sans réponse par mes parents, mes grands-parents et mes autres ancêtres. J'ai toujours pensé que, moi aussi, j'avais à répondre à des questions que le destin avait déjà posées à mes ancêtres, mais auxquelles on n'avait encore trouvé aucune réponse, ou bien que je devais terminer ou simplement poursuivre des problèmes que les époques antérieures laissèrent en suspens. »<sup>[9]</sup> Bien qu'il ait lui-même effectué un important travail d'intégration transgénérationnelle, Jung n'a pas théorisé cet aspect autant qu'il aurait pu le faire. Quoiqu'il en soit, son œuvre aura néanmoins préparé aux analyses transgénérationnelles, en expliquant par exemple que ce qui n'émerge pas à la conscience revient sous la forme du destin.

Chacun à sa manière, Freud, Jung et d'autres pionniers<sup>[10]</sup> de la psychologie des profondeurs ont mis en évidence les lois naturelles du fonctionnement de la psyché et les voies d'accès à ses secrets. Pour analyser l'inconscient transgénérationnel, ces pionniers nous ont laissé les meilleurs des outils : l'analyse des transferts et l'écoute de la symbolique inconsciente.

Si la psychologie des profondeurs avait établi ce rapport entre les vécus refoulés, ou déniés, et les contenus inconscients, elle

n'était pas allée au-delà de l'analyse de l'inconscient lié à la petite enfance. Depuis, la prise en compte du vécu intra-utérin permet de mieux comprendre ce qui se noue dans les liens de filiation. Et aujourd'hui nous savons que notre inconscient est également constitué des héritages transgénérationnels laissés par nos ancêtres. Nous héritons des dettes de nos aïeux comme de celles que nous contractons nous-même au cours de notre propre vie. Le fameux « retour du refoulé », tant étudié en psychanalyse, c'est-à-dire le réveil de ce qui est inconscient sous forme de symptômes, concerne donc aussi ces héritages transgénérationnels.

L'analyse transgénérationnelle facilite l'accès à ces parts inconscientes qui nous habitent, nos zones d'ombres. L'arbre de famille est une riche source d'informations pour éclairer le présent, celui vécu par des descendants. De ce point de vue, la clarification de l'arbre de famille est un formidable outil pour mieux se connaître et pour se différencier des héritages transgénérationnels qui nous habitent.

Les analyses transgénérationnelles offrent aussi une façon relativement simple et efficace d'amorcer un travail d'introspection. Des solutions sont alors trouvées en soi-même, se substituant progressivement au besoin de projeter ses conflits inconscients sur le monde extérieur. Car en effet, nous le verrons dans un prochain chapitre, les manques d'intégration sont à l'origine de nos projections. La perspective transgénérationnelle nous permet d'analyser les origines de ce qui conditionne notre regard sur le monde. Une approche qui vient à point nommé pour approfondir la compréhension de certaines difficultés spécifiques à notre société hypermoderne. Elle offre une alternative aux approches thérapeutiques « explicatives » et pallie les dérives d'une médecine se référant aux normes trop généralistes établies par le DSM<sup>[11]</sup>.

### ***Premières analyses psychogénéalogiques***

Léopold Szondi (1893-1986), médecin et psychologue Suisse d'origine hongroise, influencé par Freud et Binswanger, fut un précurseur dans l'analyse de l'influence des facteurs héréditaires. Il

créa une nouvelle discipline, la *psychologie du destin* qui s'articule sur l'influence des dispositions héréditaires dans les choix et dans le destin des hommes. La *psychologie du destin* cherche à « dévoiler les moules et figures familiaux transmis dans le lot héréditaire de la personne comme exigences ancestrales régressives qui guident le choix en amour et en amitié, le choix de la profession, de la forme de la maladie et le genre de mort, bref le destin de l'individu »<sup>[12]</sup>

Szondi raconte par exemple le cas d'un ouvrier qui, pour se procurer l'argent nécessaire à son projet de s'expatrier, avait volé et tué le caissier de son usine. Capturé et condamné à perpétuité, il fût relâché après quinze années de bonnes conduites. « Il se fit ensuite prédicateur, se maria et mena une vie religieuse modèle. Dans sa famille, nous avons trouvé aussi bien des criminels qu'un certains nombres de pasteurs. »<sup>[13]</sup>

S'il avait repéré l'importance du déterminisme héréditaire, Szondi avait aussi reconnu cette fonction d'intégration qu'il attribuait au « moi-pontifex », proche de ma définition du sujet et de sa fonction de désaliénation de la personne. Il reconnaît également l'existence d'un inconscient familial, « étroitement lié dans son fonctionnement à l'inconscient personnel et refoulé de Freud et à l'inconscient collectif de Jung.[...] Alors que la psychanalyse classique fonctionne à merveille dans les névroses dites traumatiques, elle échoue par contre – et Freud lui-même l'admit en 1937 – partout où le trouble de la vie pulsionnelle et du moi est d'origine non pas traumatique, c'est-à-dire acquise, mais héréditaire. Pour cette dernière catégorie de maladie psychiques, la psychologie du destin a dû rechercher de nouvelles voies de guérison qui sont cependant toutes en relation avec l'inconscient, spécialement avec les possibilités d'existence cachées dans l'inconscient familial. Par là même nous pouvons affirmer *que la psychologie du destin constitue le pont entre la génétique et la psychologie des profondeurs.* »

### ***Début des analyses transgénérationnelles***

Bénéficiant également d'une formation phénoménologique<sup>[14]</sup> Nicholas Abraham et Maria Torok furent les premiers psychanalystes à intégrer l'analyse de la vie des ancêtres dans le cadre analytique. Ils partagent avec Szondi (et Ferenczi) une même culture d'origine hongroise. Depuis leurs travaux<sup>[15]</sup> pionniers en 1978, d'impressionnants témoignages thérapeutiques n'ont cessé de s'accumuler<sup>[16]</sup>. Pourtant, aussi étonnant que cela puisse aujourd'hui paraître, le « transgénérationnel » est longtemps resté incompris d'une majorité de psychanalystes. D'autres thérapeutes n'ont pas attendu que les psychanalystes se réveillent pour s'y intéresser. Par exemple, après avoir fréquenté le séminaire de Nicolas Abraham, Anne Ancelin Schützenberger a développé une version plus pragmatique d'analyse de l'arbre généalogique avec le *génosociogramme* (arbre généalogique augmenté d'informations psycho-affectives).

En même temps, et indépendamment les uns des autres, d'autres thérapeutes ont aussi décrypté les liens aux ancêtres : Bert Hellinger avec les *constellations familiales*, Ivan Boszormenyi-Nagy avec le concept de *loyauté familiale*, et Serge Lebovici avec les *mandats transgénérationnels*, René Kaes sur les *héritages traumatiques*, André Eiguer avec *La part des ancêtres*, pour mentionner les plus connus. Des thérapeutes provenant de différentes écoles intègrent dorénavant la dimension transgénérationnelle dans leurs pratiques.

Malgré ces importants développements dans les pratiques thérapeutiques privées, l'analyse de l'inconscient suscite toujours beaucoup de résistances dans les milieux académiques, rationalistes par essence. Ces résistances se sont même renforcées sous la pression du modèle positiviste<sup>[17]</sup> médical creusant un fossé toujours plus profond entre les besoins psychologiques de donner un sens à nos expériences et la politique unilatérale d'une médicalisation tout azimut du psychisme.

***Face aux non-dits, impensés, passage à l'acte***

De manière générale, le travail d'intégration est une symbolisation de l'impensé dans l'arbre familial. Des élaborations psychologiques, des recherches de vérités, rationnelles et irrationnelles, vont progressivement contrebalancer ces histoires non terminées, ou non intégrées, de nos aïeux. À défaut, ces manques d'intégration, à l'instar d'une duplication d'ADN, vont perdurer et se répéter. L'expérience montre aussi qu'au fil des générations, des simples non-dits deviennent impensables et, parfois, provoquent des passages à l'acte.

Pour analyser cette transmission, Serge Tisseron<sup>[18]</sup> a proposé une modélisation sur trois générations : ce qui n'est pas intégré à la première génération devient proprement impensable pour la suivante (privée d'une transmission verbale) et peut provoquer des passages à l'acte et d'autres conduites symptomatiques à la troisième génération. Une perspective qui s'accorde avec l'idée de Françoise Dolto selon laquelle il faut trois générations pour produire une psychose. Autrement dit, un non-dit ou un secret à la première génération peut entraîner des complexes névrotiques à la seconde et des complexes psychotiques ou des passages à l'acte, à la troisième.

Si l'on prenait le temps d'éclairer les origines de certains conflits, comme ces vendettas à la sicilienne, ces interminables oppositions entre clans, une analyse transgénérationnelle révélerait bien souvent la présence d'histoires en mal d'intégration chez des ancêtres. Shakespeare l'illustre très bien dans sa fameuse pièce *Roméo et Juliette* qui voit les Capulet et les Montaigu programmer un destin tragique à leurs enfants en perpétuant un conflit qui les oppose depuis des générations.

### ***Du désir de renouer avec ses racines***

La démocratisation des tests ADN qui renseignent sur nos lointains ancêtres et sur nos filiations n'est pas anodine. En plus de permettre de retrouver des géniteurs, elle répond à une saine curiosité de mieux savoir d'où l'on vient.

La perspective transgénérationnelle nous rappelle aussi à quel point notre rapport au monde et nos modes de vie sont conditionnés par des standards familiaux et culturels. Dans un monde en pleine mutation, le « transgénérationnel » répond à des besoins thérapeutiques d'aujourd'hui (troubles de l'attention, infertilité, dépendances, juridisme, etc.). Et face au risque d'une sur-adaptation au monde virtuel, l'intégration transgénérationnelle offre de rétablir un certain équilibre. Dans ce contexte, la redécouverte des lois transgénérationnelles arrive à point nommé pour nous inviter à revenir vers soi-même, à intégrer nos racines, pour mieux savoir d'où l'on vient, où l'on se trouve, et où l'on va.

### ***Preuves épigénétiques du transgénérationnel***

Aujourd'hui, trente ans après les premières analyses transgénérationnelles, ce sont des chercheurs<sup>[19]</sup> en épigénétique qui montrent, chiffres à l'appui, comment ces héritages influencent notre ADN. Par exemple, ils ont mis en évidence une plus grande vulnérabilité au stress chez les descendants des survivants de l'holocauste.

Des biologistes aussi mesurent l'importance et la complexité de ce qui se perpétue à travers les liens du sang et par l'ADN. Leurs recherches<sup>[20]</sup> montrent les conséquences transgénérationnelles lorsque des ancêtres ont été victimes de traumatismes ou de conditions de vies extrêmes. Par exemple, les descendants des hommes nés alors que leurs parents souffraient de la famine en Hollande, entre 1943 et 1944, sont significativement plus obèses. D'autres recherches ont montré que des blessures psychiques, des peurs<sup>[21]</sup>, pouvaient également laisser des traces sur plusieurs générations. Il serait intéressant d'approfondir ces analyses pour différencier l'importance des manifestations somatiques en fonction des compétences individuelles à se souvenir de son histoire transgénérationnelle. Les personnes n'ayant pas la mémoire des événements traumatisants pourraient être plus gravement atteintes, alors qu'au contraire, celles qui auraient fait un travail d'intégration transgénérationnelle développeraient probablement une meilleure

immunité face à des héritages génétiques potentiellement pathogènes (traces ADN).

Ces découvertes en épigénétique libèrent d'importants moyens financiers. Mais si les facteurs psychologiques sont négligés, leurs applications thérapeutiques seront forcément limitées. Car en effet, les traces que laissent sur l'ADN certaines expériences dépendent des manières dont ces situations furent vécues. Or tout le monde ne réagit pas de la même manière aux mêmes événements. En définitive, la guérison dépendra surtout du travail d'intégration psychologique de l'héritier. Et à défaut d'être convoqué en tant que sujet actif dans sa guérison, l'homme risque de perdre l'usage de son propre potentiel de résilience pour dépendre, toujours plus, de « solutions » palliatives.

### ***Nous ne sommes pas juste le fruit du passé***

Face à ce prédéterminisme historique, la question de la connaissance de soi, c'est-à-dire du sujet en soi, est essentielle. Comme je le montrerai tout au long de mon analyse, c'est lui, le sujet en soi, qui se trouve être au cœur du processus d'intégration. Il est cette partie de soi rivée à l'instant présent, d'où nous pouvons intégrer le « passé non passé », le réécrire, nous le réapproprier.

Une des conséquences des héritages transgénérationnels est de nous rendre étranger à nous-même, de nous éloigner du sujet en soi. Il s'agit toujours, au départ, d'une difficulté à être soi-même. En effet, à défaut d'être intégrées, les forces inconscientes opèrent malgré nous et nous font perdre notre authenticité. Étymologiquement parlant, le mot qui le mieux désigne ce genre d'influence est celui d'aliénation<sup>[22]</sup>. Il dérive du latin *alienure*, « rendre autre » ou « rendre étranger » à soi-même. Il désigne un « état où l'être humain est comme détaché de lui-même » et, dans un sens plus général, la « perte par l'être humain de son authenticité ». « Je suis un autre » disait Rimbaud, pour signifier que l'on peut être aliéné par un autre que soi, par une histoire non terminée en lien avec notre famille, notre culture. Et c'est peu dire que nous ne sommes pas authentiquement nous-

mêmes la plupart du temps, mais conditionné par notre « éducation » et adapté à notre entourage. Une idée partagée par Freud qui expliquait cette présence en chacun d'une part inconsciente : « Le Moi n'est pas le maître dans sa propre maison ».

Le travail d'intégration porte précisément sur la mise en lumière de l'inconscient, ou de notre propre part d'ombre, afin que le sujet en soi puisse advenir. Certains courants en psychologie parlent aussi ici de « sous-personnalités » qu'il faudrait distinguer du moi véritable. Jung le formule en ces termes : « L'Epanouissement n'a d'autre but que de libérer le Soi des fausses enveloppes de la persona ».

Nous le verrons, parce qu'il est enraciné dans l'instant présent, le sujet est irréductible et indépendant du temps, ce qui lui confère cette qualité d'être historiquement inaliénable. Le sujet existe dans l'instant présent, dans le flux même de la vie, ce qui nous lie aux sources du vivant et à nos origines. Celles-ci ne se trouvent pas dans quelques anciens temps, mais au-delà du temps, dans une dimension symbolique intemporelle, comme l'inconscient. En d'autres termes, c'est dans l'instant présent que le sujet en soi rencontre les forces du vivant, elles-mêmes inséparables de leurs origines. Mais ce sujet en soi est généralement inconscient, laissé à l'état de potentiel, et donc en manque d'advenir. « Deviens qui tu es » disait le grec Pindare au 5<sup>ème</sup> siècle avant J.-C. Voilà pourquoi les anciens Grecs nous invitaient à découvrir cette partie de soi si essentielle : connais-toi toi-même !

Avec l'analyse transgénérationnelle, le dévoilement de ce qui nous habite inconsciemment révèle simultanément la présence d'un sujet en attente d'advenir. Autrement dit, devenir conscient de nos aliénations est une première étape vers le sujet en soi, vers cette partie de soi inaliénable, capable d'intégrer sa préhistoire. Pour y parvenir, les explications ne sont ici pas suffisantes, même si elles peuvent constituer une première étape de prise de conscience. La démarche par excellence d'analyse de l'inconscient reste celle d'une herméneutique du sujet<sup>[23]</sup>, c'est-à-dire un art de faire voir ce qui ne se montre pas au premier abord, le sens caché derrière les choses.

Lorsque nous prenons conscience de ces héritages qui nous habitent, c'est tout naturellement que nous modifions notre manière d'y réagir. En différenciant ce qui nous aliène de qui nous sommes authentiquement, un processus de devenir soi-même, ou d'advenir sujet, peut alors se mettre en place. Comme nous en verrons différents exemples dans les prochains chapitres, il devient alors possible de transformer symptômes et autres difficultés existentielles.

\*\*\*

## 2. Une ancienne science

L'attention portée aux liens entre les générations remonte loin dans l'histoire. Les co-auteurs du livre *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*<sup>[24]</sup>, ont montré que les sociétés traditionnelles géraient les héritages transgénérationnels de multiples manières.

Le culte des ancêtres, par exemple, entretenait la mémoire des histoires de familles, ce qui prévenait le manque de transmission (contrairement à ce qui se passe dans nos sociétés hypermodernes). Cette manière d'entretenir la mémoire familiale permettait de limiter les aliénations transgénérationnelles qu'ils nommaient « maladie des ancêtres ». Avec le culte des ancêtres, les anciennes traditions cherchaient à préserver une certaine harmonie avec le passé et maintenir l'équilibre du monde.

### ***Aux sources du transgénérationnel***

Le culte des ancêtres se pratiquait bien avant les religions. Très répandu en Asie, en Afrique, même en Europe, il s'inscrivait dans ce désir d'harmonie globale, entre les morts et les vivants, entre le monde invisible et celui visible.

Dans les régions d'Asie, Chine, Corée, Japon et Vietnam en particulier, le culte des ancêtres était très important. Se relier à ses ancêtres était autant une pratique de ressourcement personnel qu'un précieux privilège. Lorsqu'il fut incorporé au bouddhisme, il fut associé à de nouvelles règles.

En Chine par exemple, seul le roi pouvait célébrer ses ancêtres jusqu'à la 7<sup>e</sup> génération. Les princes ne pouvaient aller au-delà de la 5<sup>e</sup>, les grands officiers la 3<sup>e</sup>, et les gens ordinaires n'avaient qu'un seul ancêtre. Quant à l'Empereur, se faisant appeler « Fils du Ciel », il se devait d'honorer le Ciel et la Terre, ses « parents » au sens mythologique et symbolique du terme.

Au Vietnam, le culte des ancêtres avait aussi une signification pratique de transmission. Les plus jeunes apprennent de leurs ancêtres les principes moraux, l'amour pour le travail, le courage de surmonter les difficultés, afin de bien élever à leur tour leurs descendants.

Au Japon, un autel était installé à l'endroit le plus solennel de presque chaque maison. On y déposait des tablettes sur lesquelles étaient inscrits les noms des ancêtres. Lors des cérémonies d'anniversaire - aujourd'hui encore pratiquées - on se les remémorait et les vénérait à travers différents rituels ; offrande d'encens, sucreries et thé, en psalmodiant des soutras.

Aujourd'hui encore, dans les dojos, lieux de méditation et de pratique du yoga, on trouve aussi des autels avec l'image du (ou des fondateurs) de l'école dont la mémoire est conservée vivante. Comme cela allait de soi à l'époque, les élèves d'aujourd'hui feraient bien de clarifier leurs propres héritages transgénérationnels avant de s'engager dans ce genre de pratiques ancestrales.

En cultivant assidument ce rapport aux ancêtres, chacun pouvait renouer avec ses propres racines. Pareillement, le travail d'intégration transgénérationnel suppose également d'être actif vis-à-vis de ses héritages transgénérationnels au lieu de les subir passivement. Voilà pourquoi Goethe disait « ce que tu as hérité de tes aïeux, acquiert-le pour le posséder », autrement dit : pour ne pas être possédé par cet héritage inconscient, intègre-le ! Et c'est dans cette même perspective qu'il faut comprendre le sociologue et psychothérapeute Vincent De Gauléjac lorsqu'il explique que « l'individu est le produit d'une histoire dont il cherche à devenir le sujet. »

Dans une perspective de développement personnel traditionnel, « donner vie à ses ancêtres en soi devient alors une pratique pour soi-même. Une pratique qui, particulièrement dans le chamanisme, s'étend aux animaux, aux végétaux, aux minéraux, toujours dans le but de vivre en harmonie avec toute la création. [...] Des initiations, des rituels, accompagnent ce travail d'intégration, garant d'une vie

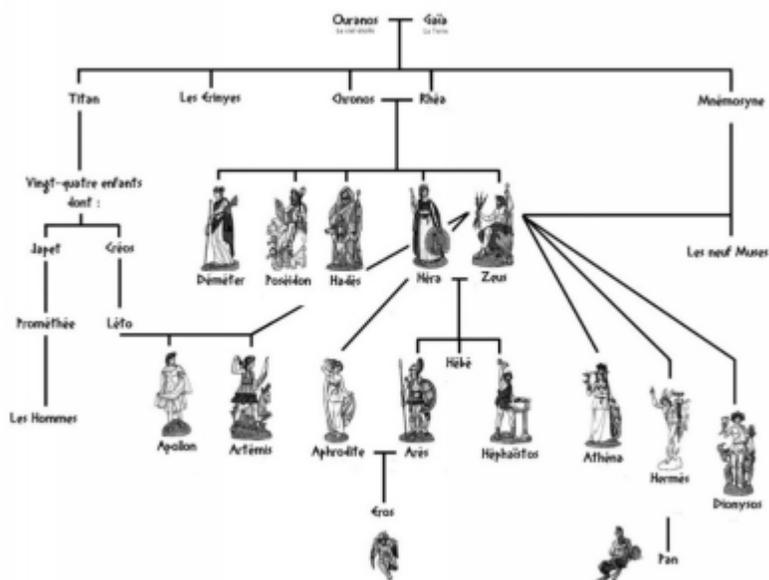
heureuse et prospère que toutes les traditions ont toujours eu à cœur de protéger. »<sup>[25]</sup>

### ***Ne pas se couper de ses racines***

Pour ces traditions, avant tout, il s'agit de prendre soin de ce rapport intemporel aux sources et à la vie elle-même. Et ceci non pas en retournant dans le passé, mais en l'intégrant de telle sorte que les ancêtres et les origines soient toujours symboliquement vivants en soi, dans l'instant présent. Jung abonde dans ce sens : « le centre psychologique de la personne est le lieu où ses ancêtres se sont réincarnés. »<sup>[26]</sup> Ce rapport intime, ce dialogue avec ses aïeux et ses origines, est ici le gage d'un authentique épanouissement personnel.

Ces traditions nous laissent un premier enseignement essentiel : pour s'individualiser, il ne s'agit pas de se couper des parents, de couper nos racines, mais de les intégrer. Cela implique d'apprendre à gérer notre relation aux parties malades de notre arbre de famille. D'une certaine manière (symbolique), il s'agit de prendre soin de nos ancêtres dans le but de restaurer nos liens aux origines (parfois relayés par des archétypes). Un tel enseignement mérite d'être pris en compte dans une approche contemporaine du transgénérationnel. En effet, que devient l'arbre qui serait coupé de ses racines ? Mieux vaut clarifier et intégrer l'impensé généalogique que de chercher à s'en couper - un fantasme typique de notre culture hypermoderne. C'est précisément pour respecter ce lien aux origines que je parle d'intégration transgénérationnelle et non pas de « libération » transgénérationnelle, qui sous-entendrait une coupure des liens les plus profonds - comme c'est la tendance dans notre civilisation.

## La généalogie des dieux grecs



Avec leurs mythes fondateurs (et en particulier l'œuvre d'Hésiode<sup>[27]</sup> sur la naissance des dieux), les anciens Grecs disposaient d'une première généalogie symbolique de leurs origines. Un modèle pour leur propre arbre familial qui servait aussi d'enracinement dans la nuit des temps. Ce rapport aux origines avait toute son importance, et par exemple, Hécatee de Milet<sup>[28]</sup> prétendait qu'en remontant seize générations, il descendait d'un dieu.

Bien des témoignages sur l'importance des héritages transgénérationnels se retrouvent dans la mythologie et entre les lignes des antiques récits. Nous aurons l'occasion d'y revenir dans l'avant-dernier chapitre avec le modèle thérapeutique que nous a laissé Sophocle.

### **Traces écrites**

Des passages d'anciens textes témoignent clairement de cette conscience antique des liens transgénérationnels. Ces références ne sont, bien sûr, pas théoriques comme nous en avons aujourd'hui l'habitude, mais plutôt métaphoriques, mythologiques et symboliques. Un extrait de la Bible fait référence à cet enracinement

: « Un rameau ne peut porter de fruits tout seul, sans être uni à la vigne »<sup>[29]</sup>.

Représentés de diverses manières, les héritages transgénérationnels ont été parfois décrits comme des esprits qui hanteraient les vivants, des possessions. Dans la Bible, ils sont présentés comme des malédictions résultant de la faute d'un aïeul qui frapperait plusieurs générations.

Didier Dumas<sup>[30]</sup> souligne ces passages de l'Ancien Testament (Exode, XX, 2-6) qui évoquent cette transmission transgénérationnelle des conséquences de la faute d'un aïeul : « ... je suis l'Eternel ton Dieu, le Dieu fort, qui est jaloux, poursuivant la faute des pères chez les fils sur trois ou quatre générations – s'ils me haïssent – mais prouvant sa fidélité à des milliers de générations – si elles m'aiment et gardent mes commandements. »

Marie Balmary aussi se réfère à des passages bibliques : « les pères ont mangé des raisins verts et les dents des fils en ont été agacées »<sup>[31]</sup>. Dans le livre de Job (8.8) l'on peut lire encore : « Interroge ceux des générations passées, sois attentif à l'expérience de leurs pères. Car nous sommes d'hier, et nous ne savons rien. »

### ***Chez les anciens Grecs***

Les transmissions transgénérationnelles étaient aussi connues des anciens Grecs qui avaient assimilé les savoirs provenant du bassin méditerranéen et du Moyen-Orient. Pour en rendre compte, ils évoquaient l'*Até*, une loi non écrite, ou divine, qui rattache par les liens du sang les descendants à leurs ancêtres, comme s'ils ne formaient qu'une seule et même entité – rappelons qu'à cette époque la notion d'individualité n'existait pour ainsi dire pas.

Un extrait de l'Illiade<sup>[32]</sup> témoigne de l'importance à cette époque du respect des alliances faites par les ancêtres. Pendant la guerre de Troie, Glaucos, qui combat pour les Troyens, rencontre Diomède, un ennemi grec. Mais, s'étant présenté l'un l'autre leur généalogie, les deux hommes découvrent que le grand-père de Diomède, Oinée, avait un jour offert l'hospitalité au grand-père de Glaucos,

Bellérophon. Ainsi liés par les bonnes relations de leurs grands-pères respectifs, Glaucos et Diomède ne s'affrontent pas mais, au contraire, échangent leurs armes en signe de respect mutuel. Cette anecdote montre à quel point le respect des liens transgénérationnels pouvait l'emporter sur d'autres enjeux.

Chez les anciens Grecs, les héritages transgénérationnels étaient donc régis par l'*Até*, une loi<sup>[33]</sup> qu'ils attribuaient à la volonté des dieux et qu'aujourd'hui nous rapportons aux phénomènes transgénérationnels inconscients. Dans *Sophocle thérapeute*<sup>[34]</sup> je mentionne les recherches de plusieurs historiens sur cette conscience des phénomènes transgénérationnels à l'époque. Par exemple, Eric Dodds rapporte que des personnes non coupables, ou non responsables, pouvaient être les victimes héréditaires des fautes de leurs ancêtres. « Théogonis se plaint qu'un système est injuste qui "permet au criminel d'en réchapper tandis qu'un autre subit la punition plus tard" ; [...] Si ces hommes acceptaient l'idée de la culpabilité héréditaire et de la punition différée, c'est qu'ils croyaient en la solidarité familiale. [...] Cela pouvait être injuste, mais cela leur paraissait être une loi de la nature qu'il fallait accepter : la famille était une unité morale, la vie du fils était une prolongation de celle du père et il héritait des dettes morales de son père comme il héritait de ses dettes commerciales. Tôt ou tard la dette exigeait son propre acquittement. Comme la *Pythie* le fit savoir à Crésus, le lien causal entre le crime et la punition était *moira*, quelque chose que même un dieu ne pouvait rompre ; Crésus devait achever ou remplir ce qui avait été provoqué par le crime d'un ancêtre, cinq générations avant lui. »<sup>[35]</sup>

Dans la Grèce Antique l'idée prévalait que la justice divine, si elle ne s'exerçait pas immédiatement, n'en était pas moins en marche et « on pouvait affirmer que le pécheur impuni souffrait dans sa descendance, ou bien l'on pouvait dire qu'il acquitterait sa dette en personne dans une autre vie. »

Gustave Glotz aussi insiste sur cette connaissance du transgénérationnel dans l'Antiquité. « Que l'homme le veuille ou non, le châtiment se transmet de père en fils, parce que les dieux le

veulent. C'est une loi de la nature. Ceux-là même qui la jugent immorale admettent qu'elle existe. »<sup>[36]</sup>

Ainsi, même si les connaissances se transmettaient principalement de manière orale, il reste suffisamment de traces écrites pour montrer à quel point le transgénérationnel était omniprésent dans la conscience collective de l'époque. De telles références nous autorisent à penser que l'intégration transgénérationnelle n'a rien d'une de ces modes qui envahit pour un temps le domaine des sciences humaines. Il s'agit bien plutôt de renouveler un ancien savoir presque perdu.

### ***Se reconnecter aux origines***

Dans les perspectives traditionnelles, la lignée familiale apparaît comme une racine vers des origines symboliques, c'est-à-dire mythologiques, divines et totémiques. Avec le culte des ancêtres qui va jusqu'à diviniser certains aïeux, ou en faire des intercesseurs auprès des dieux, le rapport aux origines est aussi un dépassement de l'histoire temporelle, vers cette dimension symbolique intemporelle, passée, présente et future tout à la fois. Nous comprenons dès lors que les rituels et les pratiques spirituelles de l'époque ne cherchaient pas tant à cultiver une foi qui serait chancelante, mais qu'elles permettaient d'expérimenter et de célébrer l'expérience vivante (et amoureuse) d'un rapport intime avec l'origine de la vie. Autrement dit, les pratiques religieuses de l'époque (pas toujours comparables avec ce que nous connaissons aujourd'hui) remplissaient une fonction de communion avec les origines, symboliques et spirituelles.

Aujourd'hui, nous pouvons comprendre que les croyances traditionnelles cultivaient ce rapport aux origines pour prévenir la « maladie des ancêtres ». Prendre soin de sa généalogie aurait donc pour but de maintenir ce lien originel, cette alliance avec les forces de la vie, qui concerne aussi la connaissance de son soi, c'est-à-dire du sujet vivant en soi.

Au-delà des liens familiaux, il s'agit donc aussi de renouer avec des origines qui ne relèvent pas tant de l'histoire, mais plutôt d'une

dimension intemporelle, symbolique et opérante. À l'instar des rites de passage, l'on devenait un membre adulte de la collectivité lorsque l'on avait intégré ses origines symboliques. Celles-ci devenaient alors vivantes à l'intérieur de la personne, et c'est ainsi que la personne s'individualisait<sup>[37]</sup>.

Selon les traditions, différentes figures divines représentent des parents symboliques, souvent associées au Ciel et à la Terre. Une fonction parentale symbolique est ainsi clairement déléguée à ce couple originaire, lui-même garant de l'équilibre du monde. Et comme l'explique le philosophe Michel Serre, nous ne sommes pas simplement une création de nos parents, mais le résultat de milliers d'années d'évolution. Nous faisons partie d'une histoire qui a commencé bien avant nos parents, qu'eux-mêmes ne font que perpétuer, sans forcément y ajouter grand-chose de nouveau. Un passage du *Corpus Hermeticum* précise ce rapport aux origines, comme d'un rapport à Dieu : « Qui donc a créé toutes ces choses ? Quelle mère, quel père sinon le Dieu invisible qui, par son propre vouloir, a tout fabriqué ? Nul n'avance qu'une statue ou une peinture puisse avoir été créée sans sculpteur, sans peintre, et cette Création serait venue à l'être sans Créateur ? [...] Ne va jamais, ô mon fils Tat, séparer les œuvres créées de leur Créateur. »<sup>[38]</sup> Cette tradition hermétique explique même « qu'il n'existe personne, dans l'Univers, qui soit sans Père, ni Mère ».<sup>[39]</sup>

Dans une telle perspective, le rôle parental consiste à accompagner leurs enfants jusqu'à ce qu'ils intègrent ce lien aux origines, symbolique et plus essentiel. C'est lui qui prend alors le relai d'une fonction parentale bienfaisante. Même sous une forme religieuse, l'apprentissage d'une telle langue symbolique peut instaurer ce dialogue vital et revitalisant avec les origines, où l'âme pourrait se nourrir et se soigner - comme l'expliquaient les anciens.

Pour ne pas rompre avec ces anciennes sagesse, une thérapie contemporaine devrait elle aussi servir une intégration des origines symboliques - que ce soit de manière scientifique (big-bang), religieuse (le récit originel) ou mythologique (théogonie). Telle que je l'ai définie, *l'intégration transgénérationnelle* cherche à respecter

l'importance d'un enracinement symbolique, plutôt que de cultiver l'illusion d'une coupure prétendument libératrice.

### ***Au-delà des différences culturelles***

Le changement de civilisation à Athènes, sa rationalisation du monde (certains auteurs parlent ici du désenchantement du monde) mènera progressivement à la perte de la conscience du transgénérationnel<sup>[40]</sup>. Tout comme il importe de clarifier les événements qui entraîneront des lacunes de transmission au niveau familial, (secrets, traumatismes, etc.), il faut se rappeler des raisons qui amèneront l'oubli des lois transgénérationnelles dans notre culture moderne.

Comprendre ce qui s'est perdu lors de ce changement de civilisation nous éclaire sur les forces qui, aujourd'hui encore, refoulent la conscience du transgénérationnel. Ces forces sont omniprésentes dans une culture qui s'est en partie fondée sur ce refoulement. Cependant, malgré ces résistances, nous observons un intérêt croissant pour le renouvellement des traditions. Les domaines qui s'y réfèrent sont toujours plus nombreux : dans la santé, l'hygiène de vie et l'alimentation (yoga par exemple), dans l'agriculture (permaculture), et dans des nouveaux modèles économiques plus soucieux de leur empreinte écologique. Tous ces courants se confrontent à l'inertie d'une culture et à ses refoulements fondateurs.

L'intégration transgénérationnelle s'inscrit dans ce même désir de ne pas oublier les anciennes sagesses pour les associer aux connaissances contemporaines. Et quoi de plus indiqué que la thématique transgénérationnelle pour, au-delà des bénéfices à mieux connaître l'histoire familiale, se réappropriier tout un patrimoine presque oublié. Sur la base de ces anciennes connaissances, il s'agit donc aussi de cultiver un rapport aux origines, ou aux archétypes, garant d'une rencontre avec cette partie en soi inaliénable, que j'appelle le sujet en soi.

\*\*\*

### 3. L'inconscient Transgénérationnel

Dès lors qu'ils opèrent de manières inconscientes, il est difficile de mesurer l'influence des héritages transgénérationnels dans nos vies. Pourtant, avec un peu d'attention, chacun peut observer des exemples de transmissions transgénérationnelles. De jeunes mères qui s'étaient juré ne pas reproduire certains schémas de leurs propres mères, reconnaissent à contrecœur qu'elles les répètent. Et que dire de ces pères qui reprennent les injonctions qu'ils ont eux-mêmes reçues étant enfants, comme si, malgré eux, ils devenaient des répliques de leurs pères ou grands-pères.

Les héritages transgénérationnels transparaissent par leurs répétitions mais aussi à travers les mécanismes de défenses qu'ils provoquent, jusqu'aux débordements symptomatiques. Ce sont alors eux qui attirent notre attention pour peut-être nous amener à prendre en compte la part inconsciente qui nous habite.

Lorsque nous abordons un pan de l'histoire familiale non intégrée il faut se garder de recourir à des explications toutes faites. Il y a de fortes chances que nous soyons inconsciemment et émotionnellement conditionnés pour y réagir de la même manière que nos ancêtres. Nous ne ferions alors que de perpétuer les mêmes manques d'intégration. Car s'expliquer les choses, ce n'est ni les comprendre, ni les intégrer.

Par ailleurs, dans l'examen du vécu de nos aïeux, il faut garder à l'esprit que, confrontés à des situations dites « inhumaines », il est compréhensible que des individus soient amenés à substituer au processus sain d'intégration des mécanismes de défense archaïques (clivages, dénis, etc.).

À cause de ce que Ivan Boszormenyi-Nagy<sup>[41]</sup> a appelé une « loyauté familiale inconsciente », il arrive que des enfants, telles des éponges, absorbent des difficultés parce que rien ne leur est dit, rien n'a été humanisé, transmis et assumé par une parole. En effet, des événements non intégrés psychologiquement, dont on ne parle

pas et que l'on ne saurait évoquer sans déni ni malaise, génèrent une charge pathogène potentiellement aliénante. Serge Tisseron<sup>[42]</sup> explique qu'un enfant peut être exposé à des « suintements du secret » et à des messages paradoxaux, par exemple lorsqu'un père se raidit et écarte son enfant parce qu'un mot ou une image réveille un souvenir désagréable. Une telle exposition à ces messages non-verbaux engendre toutes sortes de réactions symptomatiques, par exemple le développement, dès l'enfance, d'un « faux self », ou « *persona* », ou d'un surinvestissement narcissique.

### ***L'héritage d'une peur***

Géraldine est déjà bien avancée dans son travail d'intégration transgénérationnelle lorsqu'elle met le doigt sur l'origine d'un de ses symptômes. Une peur profonde, soudaine, l'envahissait lorsque son fils aîné prenait la route, que ce soit au volant de sa voiture ou au guidon de son vélo. Elle demande à sa mère si un accident de la route se serait produit dans la famille. Et de fait, son père en avait eu un assez grave. Une nuit, au volant de sa voiture, il en avait perdu le contrôle et était sorti de la route en effectuant plusieurs tonneaux, alors que sa mère l'attendait à la maison. À cette découverte s'ajoute une problématique de deuils non fait chez sa mère, que nous élaborons depuis quelques temps. Comme sa mère conduisait souvent son fils ces derniers temps, Géraldine revivait la mémoire traumatique (non intégrée) de l'accident de son père lorsque son fils prenait la route, ce qui provoquait chez elle cette peur incontrôlable. Géraldine précise : « en quatre semaines, j'ai pu constater que je devenais observatrice de cette peur et que je n'étais plus envahie par elle, j'avais la capacité d'y mettre un cadre, une compréhension et d'avoir ainsi le « dessus » sur elle. Toutefois, c'est véritablement lorsque j'ai été à même de ne plus prendre la charge morbide de ma mère, c'est-à-dire en prenant du recul et en étant observatrice de son comportement que cette peur m'a quitté. En effet, deux jours plus tard, j'étais dans une légèreté et une joie lorsque mon fils m'a demandé la voiture. Son retour quelques heures après m'a surpris par la rapidité du temps qui s'était écoulé, cela m'a confirmé que je

ne portais plus et surtout ne transmettais plus à mon fils cette charge négative. Et, aujourd'hui, je comprends et j'intègre ce mouvement de bascule qui se joue entre ma mère et moi, entre cette mort qu'elle porte en elle et qui est à même de m'aliéner si d'aventure je (re)prenais à sa place sa charge morbide. »

### ***Héritages de secrets***

Secrets, non-dits, mensonges, sont parfois très lourds de conséquences pour les héritiers. Des parents, ou grands-parents, qui n'ont pas voulu, ou pas su, assumer leurs vécus dans une parole, transmettent inconsciemment ces lacunes à leurs descendants. Des secrets sur l'identité d'un père, fruit d'une relation extraconjugale, ou dans les cas d'adoptions secrètes (comme pour OEdipe) ne sont pas sans conséquence. Dans son livre *Voyage en mer intérieure*<sup>[43]</sup> Virginie Tyou raconte de quelle manière un secret de filiation peut se manifester par d'importants symptômes, lesquels ne se guérissent qu'à la condition de restaurer la vérité. En privant les enfants d'une transmission verbale qui leur permettrait d'organiser leur perception, ces non-dits ont des influences insidieuses, souterraines, affectant parfois plusieurs générations.

La vie de Jack Nicholson fut marquée par un secret sur l'identité de sa mère, laquelle s'était fait passer pour sa sœur. Élisabeth Horowitz<sup>[44]</sup> analyse les conséquences de ce manque de transparence ainsi que les surprenantes coïncidences avec les rôles qu'il jouait dans certains films. « Le film, dont le cœur est un secret incestueux comporte une scène dans laquelle Faye Dunaway dit à Nicholson en parlant de son enfant : « Je suis sa mère, je suis sa sœur. Je suis sa mère et je suis sa sœur. » Cette scène était si proche de la révélation de « mère sœur » de la propre histoire de Jack que beaucoup de personnes proches de lui se demandèrent ensuite si Robert Towne, scénariste et ami de Nicholson, avait une boule de cristal et le pouvoir de deviner des événements passés dont il ignorait tout. » Toute la communication dans sa famille sera pervertie par le secret : « Le sentiment de culpabilité est l'inévitable corollaire de la stratégie familiale : comment ne pas se sentir

coupable vis-à-vis d'autres membres de la famille, que l'on trompe des années durant ? La position est parfaitement intenable. Protéger le parent en gardant jalousement le secret alors que sa révélation est indispensable à l'épanouissement du principal intéressé, s'avère être angoissant. Toute rencontre avec la ou les personnes concernées sera obligatoirement tendue et dénuée de spontanéité. »

Elisabeth Horowitz repère encore les effets collatéraux du secret : « John Nicholson, le grand-père maternel de Jack (qui s'est fait passer pour son père), sombre dans l'alcool après avoir été contraint d'être complice du secret de son épouse. Il meurt prématurément à l'âge de 55 ans. Murray, son beau-père (qui s'est fait passer pour son beau-frère) sombre lui aussi dans l'alcool et décède prématurément. June, sa mère qui s'est faite passer pour sa sœur aînée, décède d'un cancer de manière prématurée à 45 ans, sans avoir révélé son secret. Ses demi-frères et sœurs sont également victimes du secret, ils grandissent en croyant sincèrement que Jack est leur oncle. Son oncle Shorty et sa tante Lorraine doivent se faire passer respectivement pour beau-frère et sœur. Le vrai père de Jack (Don Furcillo) est écarté. Jack ne connaît aucun des membres de son ascendance paternelle, laquelle, si Don Furcillo est réellement son géniteur, est Italienne et non Irlandaise comme on le lui a donné à croire. »

Pour éviter d'aliéner les enfants, ou de perpétuer des lacunes d'intégration, Françoise Dolto insistait sur l'importance de ne pas cacher aux enfants des vécus des adultes, des décès dans la famille, des drames, etc. Non seulement l'enfant en possède une connaissance intuitive, mais surtout, cela provoque en lui le besoin compulsif de rechercher une explication tangible à son ressenti, une quête qui peut ne jamais aboutir, aliénant durablement son destin. Et par exemple, nous pouvons établir le parallèle entre des adolescents qui consomment abusivement alcool ou drogues et des parents qui auraient « réglé » et refoulé leurs difficultés en ayant eux-mêmes consommés des drogues ou des médicaments.

Interrogé sur ce qui constitue une faute, dans le sens d'une responsabilité des transmissions transgénérationnelles, Didier Dumas explique : « La faute ? Mais c'est une carence de parole, une

impossibilité à dire, à s'assumer comme un être humain, un être de langage ». <sup>[45]</sup> En effet, les psychanalystes ont toujours accordé à la parole de l'adulte un rôle central dans le bon développement de l'enfant. Elle lui permet de se développer comme sujet, c'est-à-dire comme un être autonome, capable de penser par lui-même. Toute la nuance entre une fonction parentale simplement biologique et celle qui donne naissance à un sujet se retrouve dans cette question d'une transmission symbolique, ou au contraire, dans son absence symptomatique.

### ***Hériter d'un manque d'intégration collectif***

En analysant l'histoire de la célèbre toxicomane allemande et écrivaine Christiane F., Pascal Hachet souligne l'importance chez elle du rejet de ses parents et de toute cette génération qui n'avait pas su intégrer, ni dire, la charge psychique liée à la Seconde Guerre mondiale. « La toxicomanie de cette adolescente aurait exprimé son rejet rituel de l'influence de secrets familiaux : débarrasser le psychisme de tensions aussi insupportables qu'énigmatiques. » <sup>[46]</sup> L'occultation par ses aïeux de leurs propres traumatismes aura conduit Christiane F. à les remettre en scène, comme sous l'emprise d'une mission inéluctable, typique des aliénations transgénérationnelles de ce genre.

Parmi les événements qui engendrent des manques d'intégration, les guerres et les génocides sont bien sûr une des causes majeures de transmission de traumatismes. Si les héritiers de deuils non faits ne sont pas rares chez les descendants des victimes de guerre, Peter Sichrowsky a aussi pu observer des traces de ces traumatismes chez les enfants et petits-enfants des oppresseurs, tous porteurs de très lourdes valises inconscientes. Ainsi, un fils d'officier allemand explique : « La faute me poursuit vous savez. Et celui qui est coupable finit toujours par être puni. Si ce n'est pas ici et maintenant, ce sera en d'autres temps, en d'autres lieux. Mais elle finira par me rattraper. Je ne lui échapperai pas. Vous ne saurez rien de moi, rien, pas un mot. Ce qu'ils ont fait restera un secret. Personne ne doit le savoir. Leurs actes, ou plutôt

leurs exactions, ne devront jamais être mentionnés nulle part. Mes parents, ils brûlent en enfer. Ils sont morts depuis longtemps ; pour eux c'est fini. Et moi, ils m'ont laissé. Né coupable, condamné à vivre coupable. Les rêves, c'est ça le pire. Ils viennent sans cesse me hanter la nuit. Toujours le même rêve. Je le connais comme un film que j'aurai vu cent fois. Ils m'arrachent du lit, me traînent hors de la chambre, me tirent dans l'escalier et me poussent dans une voiture. Des hommes en uniforme rayé. La voiture fonce à travers la ville. J'entends des bruits de l'extérieur. Des gens crient « hurra ! » hurlent, braillent. [...] J'ai du mal à respirer, ma gorge se noue. Je me précipite sur la porte, je tente de l'ouvrir. Je la secoue, je crie, les yeux me brûlent ; puis je me réveille. »<sup>[47]</sup>

Dans un de ses livres, Anne-Ancelin Schützenberger présente l'histoire d'une famille traumatisée par le génocide arménien du 24 avril 1915. Une femme avait été choquée par le spectacle des têtes coupées de ses sœurs et de sa mère. Des évocations de cette histoire reviendront sous forme de destin : trois générations plus tard, deux sœurs donnent naissance à des enfants ayant un grave problème à la tête. Et la thérapeute de préciser : « Il faut reconnaître que cela fait un choc de découvrir que toutes ces femmes étaient coiffeuses. La grand-mère a vu les têtes coupées ; depuis, toutes les filles réparent et embellissent les têtes, sauf une [...] qui est anesthésiste-réanimateur - elle répare la mort peut-être ? »<sup>[48]</sup>

Des répétitions se retrouvent aussi en lien avec des lieux particuliers. Myron Eshowsky donne l'exemple de la région du Kosovo, une zone des Balkans où des conflits ont éclaté lors de la dissolution de la Yougoslavie. « Or cette région avait déjà été le lieu du début de la 1<sup>ère</sup> guerre mondiale, ainsi que, au Moyen Âge, l'endroit de la guerre entre les Ottomans (Turcs musulmans) et les Serbes (chrétiens orthodoxes) pour la suprématie dans les Balkans. La bataille du Kosovo en 1389 avait pris fin avec la défaite des Serbes par les Ottomans. Et c'est à la date anniversaire de cette défaite qu'un militant Serbe a tué l'archiduc Ferdinand pour venger l'humiliation de la Serbie - ce qui a changé toute la géopolitique de l'Europe. Et, assez étonnamment, c'est à cette même date que

Slobodan Milosevic, président de la Serbie, invoqua la bataille du Kosovo pour appeler aux armes dans les conflits des Balkans : "Plus jamais l'Islam n'asservira les Serbes" ». [49]

### ***Loyautés aliénantes***

À l'échelle familiale, des vécus conflictuels peuvent engendrer des mécanismes de compensation qui se transmettent et qui conditionnent des descendants, sans permettre d'intégrer le passé. Par exemple, Guy Ausloos[50] mentionne le cas d'un jeune anglais qui paya cher ce genre d'héritage familial inconscient. Pour obéir à la devise familiale, « faire face », il était resté en Afrique pendant les combats pour l'indépendance alors que ses concitoyens étaient rentrés au pays. Parce qu'il n'avait pas voulu les écouter, il eut ensuite beaucoup d'ennuis et une lourde infirmité. Plus tard il fit des recherches et découvrit l'histoire familiale qui l'avait conditionné. Un de ses ancêtres, amiral de la flotte anglaise, avait préféré sauver bâtiments et équipages en anticipant une défaite contre les Français. Il fut cependant pris comme bouc émissaire par le gouvernement qui prononça son bannissement. Radiée de la gentry anglaise, sa famille fit alors modifier son nom et imposa une nouvelle devise, « faire face », pour racheter la honte et faire oublier l'histoire de l'ancêtre. Une devise qui portera préjudice au jeune anglais, incapable de juger objectivement sa situation lorsqu'il était en Afrique.

La mise en évidence de ce genre de fidélité inconsciente à ses ancêtres peut dynamiser un travail d'intégration transgénérationnel, comme pour Ingrid. Cette jeune femme, très vive et indépendante, était venue en consultation parce qu'elle se sentait perdue, prise dans une situation qui la rendait malheureuse. Elle avait renoué avec un homme marié, après avoir rompu plusieurs années auparavant. Les sentiments qu'elle éprouve sont tels qu'elle ne sait que faire. Elle ne voit pas d'avenir et cette situation la bloque autant professionnellement que sur le plan personnel.

En explorant la vie de ses ancêtres nous découvrons que son arrière-grand-père avait écarté une épouse après qu'elle lui eût

donné un fils. À l'époque, au nord de l'Afrique, les hommes ont tous les droits, et la polygamie était répandue. Ingrid m'avoue alors qu'elle avait toujours été ambivalente sur cette question de la polygamie et de la polyandrie comme si c'était là une donnée admise, des situations normales. Il faut dire qu'enfant elle avait compris que son père avait des maîtresses et qu'elle avait pris son parti en réaction à sa mère tellement dépendante, laquelle se complaisait dans une position de victime. Pas étonnant qu'elle se fût imaginée plus heureuse comme maîtresse que comme épouse. Mais aujourd'hui tout est remis en cause. Avec la clarification de ce qui était arrivé à son arrière-grand-mère séparée de force de son fils, et des conséquences pour ce dernier et ses descendants, jusqu'à son père, Ingrid voit les choses sous un nouvel angle. Je lui explique alors que dans ce genre de traditions patriarcales, les hommes sont eux aussi victime d'une fidélité inconsciente à leurs aïeux, et qu'ils ne sont pas eux-mêmes des sujets ayant intégré leurs héritages. Aussi bien pour les hommes que pour les femmes, la question se posait dans une nécessité d'advenir sujet face à leurs propres héritages transgénérationnels. La réaction d'Ingrid ne se fit pas attendre. Elle semble s'être réveillée et m'explique qu'elle est une femme d'aujourd'hui et, qu'au fond, elle ne cautionne pas du tout la tradition polygame de ses ancêtres ! À partir de cet instant, elle va cesser d'être passive dans sa relation amoureuse. Jusqu'ici sa loyauté inconsciente, aliénante, l'interdisait de toute demande envers cet homme qu'elle aime malgré tout. Mais maintenant, elle entend cette voix en elle qui lui parle de ses désirs, de son besoin de reconnaissance, d'avoir un compagnon plus présent dans sa vie. Pour le dire simplement, la prise de conscience de sa loyauté transgénérationnelle lui aura permis de mieux prendre en compte ses propres besoins.

L'expérience thérapeutique révèle aussi que des événements non intégrés se répètent à des dates précises, comme si une mémoire inconsciente associait un vécu particulier avec un repère temporel. Anne-Ancelin Schutzenberger parle de « syndrome

d'anniversaire » [\[51\]](#) lorsque des événements se reproduisent à une même date ou dans ces circonstances similaires.

Elle rapporte l'histoire d'un jeune médecin de vingt-sept ans qui fait un petit accident de voiture alors qu'il conduisait son fils de six ans à l'école pour la première fois. Anne-Ancelin Schützenberger lui propose de se renseigner si dans sa famille des accidents similaires avaient pu se produire. Et en effet, « quand il était enfant, à six ans, en allant à l'école pour la première fois avec son père, il a eu un accident de voiture le 1er octobre. Le père a eu un accident, lui aussi, enfant, en allant à l'école pour la première fois, avec son père (le grand-père). Le grand-père n'a pas eu d'accident en allant à l'école, car il n'y est pas allé ; son père venait d'être tué à Verdun ; sa famille était très pauvre [...] il est donc allé garder les vaches, en louchant sur l'école. Depuis, toutes les rentrées scolaires, à chaque génération, ont été marquées par un accident de voiture sur le chemin de l'école. »

### ***Les deuils non faits***

Pour s'épargner d'avoir à faire le deuil d'un enfant disparu, parfois des parents font, plus ou moins consciemment, un *enfant de remplacement*. Ce dernier héritera de la charge du deuil non fait, et même parfois du prénom du mort ! Ce genre d'événements « mal vécu », ou « non vécu » engendrent des mécanismes de défense archaïques (dénis, refoulements conservateurs) qui figent ces situations problématiques dans une dimension inconsciente et, on le sait maintenant, intemporelle.

Ceux qui naissent le même jour que celui d'un enfant décédé courent aussi le risque d'être des « enfants de remplacement », aliénés par un deuil non fait. Parfois aussi, comme Salomon Sellam l'a montré, ces enfants de remplacement sont conçus le jour anniversaire du décès d'un autre enfant. Il faut alors prendre en compte la date qui précède de neuf mois la naissance de celui qui hérite d'un « gisant », d'un « fantôme ». Salomon Sellam<sup>[\[52\]](#)</sup> raconte encore l'histoire de cette jeune femme qui se plaint du comportement taciturne et triste de son fils, Roman, pourtant en

parfaite santé. Il apparaît que cette femme a vécu deux fausses couches, pour deux enfants dont les prénoms devaient être Romain et Anne. Or le prénom qu'elle a attribué à son fils associe ceux des deux fœtus, comme pour lui demander d'être le médicament de ses propres deuils non faits. « Après un petit temps d'arrêt, une grimace puis quelques pleurs, elle a compris simplement que le petit Roman portait les valises de Romain et de Anne. Le deuil de ces deux enfants n'avait jamais été fait, la mémoire de ces fausses couches restait inscrite sur Roman. Ce dernier ne pouvait pas profiter de sa vie normalement, car il était chargé de faire revivre deux morts aux yeux de ses parents. » Voilà typiquement comment des parents peuvent inconsciemment reporter leurs propres manques sur les nouvelles générations.

Nicolas Abraham nous a laissé un exemple devenu classique d'héritage transgénérationnel d'un deuil non fait. Pour tenter de comprendre les origines des importants malaises de son client, il lui propose de faire des recherches sur la vie de ses ancêtres. Ce client réalise alors que personne ne lui a parlé de son grand-père maternel. Il découvre que ce dernier avait probablement cambriolé une banque - pour le moins -, qu'il fut condamné et envoyé aux « Bataillons d'Afrique », pour y « casser des cailloux », avant d'être exécuté dans une chambre à gaz. Un vécu qui fait écho à ses propres activités puisqu'il est lui-même géologue amateur, qu'il passe ses week-ends à casser des cailloux, et que, chasseur de gros papillons, il les attrape et les achève dans un bocal de cyanure. De manière assez significative, un lien apparaît entre ses activités (géologue et chasseur de papillons) et la fin de vie de son grand-père. Parce qu'elle fut gardée secrète, il a hérité de l'histoire d'un grand-père qu'il rejoue inconsciemment. Une situation qui témoigne de la présence « d'un autre » en lui, ce grand-père dont il faudrait enfin parler. Cela correspond bien à une forme d'aliénation, à la présence d'un autre chez l'héritier, lequel rappelle par ses conduites l'histoire non intégrée de sa famille. La levée du secret permet ensuite de mieux comprendre les manques d'intégration de sa mère dont il avait hérité.

À propos des héritages transgénérationnels de deuils non faits, Serge Tisseron<sup>[53]</sup>, à la suite de Nicolas Abraham et de Maria Torok, parle d'une « clinique du fantôme ». Dans *Les fantômes familiaux* <sup>[54]</sup> Bruno Clavier analyse aussi ce qui affecte les héritiers des deuils non intégrés par leurs parents. Pour Maria Torok<sup>[55]</sup>, les crises de panique sont des manifestations de la présence d'un fantôme inconsciemment hérité.

### ***Autres conséquences d'un deuil non fait***

Marc Wolynn raconte l'histoire de Jesse, un jeune homme qui souffre d'insomnie depuis plus d'une année. Avant, il était un athlète de premier plan et un étudiant modèle, mais son manque de sommeil avait initié une spirale de dépression et de désespoir. Il avait abandonné ses études et ses activités sportives. En une année il avait consulté trois médecins, deux psychologues, une clinique du sommeil, un médecin naturopathe, sans succès. Ses problèmes avaient commencé juste après son dix-neuvième anniversaire. Son corps s'était glacé. Frissonnant, il avait été incapable de se réchauffer et saisi par une peur étrange qu'il n'avait jamais connue auparavant. Il éprouvait la crainte que quelque chose de terrible pouvait se produire s'il s'endormait : « Si je m'endors, je ne pourrais jamais me réveiller ». Chaque fois qu'il se sentait dériver, la peur le maintenait en éveil. Ce scénario s'est depuis répété toutes les nuits. Jesse savait que sa crainte était irrationnelle, mais il se sentait impuissant à y mettre un terme.

Un détail intéresse le thérapeute, celui de la sensation de froid et l'impression de geler. Il demande à Jesse si quelqu'un dans sa famille avait subi un traumatisme qui eut impliqué d'être « froid » ou d'être « endormi » ou être « dix-neuf. » Jesse s'est alors rappelé que sa mère avait récemment parlé de la mort tragique de son oncle qu'il n'a jamais connu. Cet oncle Colin avait dix-neuf ans lorsqu'il est mort gelé dans une tempête alors qu'il vérifiait des lignes électriques dans le nord-ouest du Canada. Il avait été trouvé mort d'hypothermie. Des traces dans la neige ont révélé qu'il s'était accroché à la vie et battu pour survivre. Pour Colin, lâcher signifiait la mort. Ce fut une perte

tragique pour la famille qui n'a plus jamais prononcé son nom. Or trois décennies plus tard, lorsqu'il eut le même âge que son oncle, Jesse éprouve de manière inconsciente l'histoire non intégrée de ses ancêtres, avec cette terreur de se lâcher dans l'inconscience du sommeil. L'association de ses symptômes et de l'histoire de son oncle mort à dix-neuf ans fut un tournant pour Jesse. Il avait enfin une explication à sa peur de s'endormir et le processus de guérison a enfin pu commencer. Non seulement Jesse a pu se libérer de son insomnie, mais il a aussi retrouvé un sentiment de reconnexion à sa famille, présente et passée.

Ce dernier point n'est pas sans intérêt. Comme je le développerai plus loin, les analyses transgénérationnelles n'ont en effet pas la seule vocation de guérir de certains symptômes, elles permettent également de renouer une relation aux origines, avec la vie.

### ***Restaurer un dialogue avec la vie***

André est formateur dans une école de futurs travailleurs sociaux et il a commencé un cursus de formation pour devenir psychopraticien. Il m'explique qu'il aimerait bien analyser son histoire, notamment à cause d'un grand-père mort jeune d'un accident de vélo et de son père également mort trop tôt d'un accident de la circulation. À propos de son père, il évoque des scènes de violence proches du délire. Ancien policier, son père était heureusement du bon côté de la justice. À la mort de sa grand-mère paternelle, André a su rester calme pour désarmer son père prêt à faire usage de sa carabine .... Clairement, dans cette famille, les deuils étaient difficiles à faire, c'est le moins que l'on puisse dire.

Suite au divorce de ses parents, André, âgé de deux ans, est confié à sa grand-mère paternelle. Elle vit à la campagne, dans l'auberge familiale. Il partage alors le lit de sa grand-mère. Mais puisque son grand-père s'appelait aussi André, symboliquement, il se retrouve à le remplacer auprès de sa grand-mère.

Depuis plusieurs mois, André avançait dans son travail (en psychothérapie analytique « classique », sur le divan), content de

voir des changements se produire dans sa vie professionnelle et privée. Mais les choses vont s'accélérer lorsque l'histoire de ses arrière-grands-parents sera clarifiée, ceux-là même qui avaient acheté l'auberge. Depuis le début de notre travail, l'énigme subsistait quant à cette position particulière d'avoir été, très jeune, à la place d'un mort dans lit de sa grand-mère. De nouvelles informations vont permettre d'intégrer les aspects jusqu'ici invisibles de cette situation. En effet, André apprend qu'avant de venir s'établir dans cette auberge, son arrière-grand-père avait perdu sa première femme, et qu'il s'était remarié en 1900. Est-ce parce que le deuil de sa première épouse n'avait pas été fait, ou à cause d'autres facteurs inconnus, toujours est-il que ce nouveau couple aura trois enfants mort-nés. Et ce ne sera qu'après avoir changé de vie, en déménageant dans la nouvelle auberge, qu'ils eurent enfin des enfants sains, dont la grand-mère d'André, née en 1908. Mais d'autres décès se produisent encore, une des sœurs de la grand-mère meurt accidentellement à quatorze ans, et un de ses demi-frères décède à la guerre en 1914.

Dans cette famille, la liste des morts prématurés est longue, comme si les deuils non faits en première instance, obligeait cette famille à en subir d'autres encore. Et, de fait, la grand-mère perdra son mari alors qu'il n'avait que trente-sept ans. Tous les fantômes qui hantaient le psychisme de sa grand-mère sont ainsi sortis du placard, identifiés, reconnus, et replacés dans l'histoire. Partager le lit de sa grand-mère l'exposait à toutes ces histoires non-dites. André intègre toutes ces informations, il ira aussi se recueillir dans le cimetière familial, dans un esprit d'apaisement pour ses ancêtres, pour lui-même et sa propre famille.

Cette clarification des histoires non dites, non transmises, au sein de sa famille aura deux conséquences bénéfiques. Non seulement André comprendra mieux ce qui aliénait sa grand-mère, parfois porté sur la bouteille, et son père, qui exprimait dans ses accès de violence cette confrontation inconsciente à tous ces deuils non faits dans la famille. Comme on peut s'y attendre, quelque chose du rapport à son père va changer et André peut dorénavant valider et faire siennes certaines des qualités de son géniteur, son

autorité naturelle en particulier. Au-delà des symptômes, des qualités sont retrouvées, et avec elles un sentiment de filiation restauré. Car en effet, l'autre bénéfice d'une telle clarification de l'histoire familiales et de ses deuils non faits se trouve dans ce nouveau sentiment pour lui d'être en lien avec ses ancêtres, avec ses origines. Un lien qui prend parfois la forme de synchronicités, d'un rapport à la vie plus inspiré, parfois poétique.

Un tel exemple illustre assez bien les bénéfices secondaires que l'on peut retirer d'une clarification des histoires non terminées des ancêtres ; la restauration des liens aux origines.

\*\*\*

## 4. Transferts entre générations

Dans ce chapitre nous allons voir comment les histoires non terminées se transmettent d'une génération à l'autre. En particulier, nous allons analyser le rôle du transfert dans les transmissions transgénérationnelles, un processus bien connu en psychologie des profondeurs.

### ***La nécessité transférentielle***

Les transferts désignent cette tendance spontanée à projeter dans des situations actuelles les expériences non intégrées du passé. Par exemple, une personne qui aurait souffert d'une déception amoureuse, et qui ne l'aurait pas intégrée, aura tendance à projeter la perspective d'une nouvelle déception lorsqu'elle se retrouve dans une nouvelle relation.

De manière générale, les histoires non terminées sont ainsi à l'origine d'une *nécessité transférentielle*, d'une tendance à rejouer certaines situations, certains vécus (secrets, émotions, etc.). Parce qu'ils n'ont pas été intégrés et que les histoires ne sont pas terminées, il faudra s'y confronter à nouveau, analyser leurs significations profondes, pour, idéalement, sortir d'un cercle vicieux de répétition.

Un exemple de transfert nous est donné par Selma Fraiberg : une jeune mère n'en peut plus de la tyrannie de son fils de onze mois. C'est un « monstre » qui a de terribles crises de colère et qui ne la laisse pas en paix une seule minute. Elle ne peut même pas aller aux toilettes sans qu'il l'embête. « Il veut tout ce que j'ai... si je suis en train de manger, il veut ma tartine, mon café, mon orange... il finit toujours par avoir ce qu'il veut... il essaye délibérément de me mettre hors de moi. » [\[56\]](#)

À force de proposer à cette jeune mère de parler d'elle, le vrai monstre finit par émerger de son enfance. Elle gardait

inconsciemment le souvenir d'un frère aîné de deux ans, brutal et tyrannique, qui la persécutait jusqu'à l'obliger à s'enfermer dans sa chambre pour y pleurer de désespoir. Il faut encore dire que son frère était le favori de sa mère pour achever de broser le tableau psychique que cette jeune femme projetait sur son fils. Ce n'est que progressivement qu'elle prit conscience du rapport entre le monstre qu'elle voyait en son fils et l'histoire non intégrée de sa propre enfance. En d'autres circonstances, il n'est pas irréaliste d'imaginer qu'un enfant, à force d'être ainsi sollicité, finisse par incarner<sup>[57]</sup> les projections inconscientes de sa mère. Un tel enfant, s'adaptant à la nécessité transférentielle de sa mère, en serait aliéné, portant cet autre qui hante sa mère, un oncle tyrannique. En endossant les transferts de sa mère, il hériterait de ses manques d'intégration et en serait aliéné. Cet exemple est révélateur de nos propres nécessités transférentielles au quotidien, et, pour cette jeune mère, d'une autre façon de les gérer, par l'introspection et le retour à soi-même - plutôt que de se focaliser sur l'extérieur.

La *nécessité transférentielle* explique une partie du processus des transmissions transgénérationnelles, celle qui se situe « en amont », c'est-à-dire celle qui provient des événements non intégrés. C'est là que se trouve le pôle émetteur d'aliénations qu'il s'agit de distinguer d'un pôle qui serait récepteur – et que nous analyserons dans le prochain chapitre.

### ***Qu'est-ce que le transfert ?***

Pionnier de la psychologie des profondeurs, Sándor Ferenczi observe que « cette tendance au transfert des psychonévrosés ne se manifeste pas seulement dans le cadre d'une psychanalyse, ni uniquement par rapport au médecin ; bien plus, le transfert apparaît comme un mécanisme psychique caractéristique de la névrose en général, qui se manifeste dans toutes les circonstances de la vie et sous-tend la plupart des manifestations morbides. L'expérience acquise nous montre que le gaspillage apparemment gratuit des affects chez les névrosés, l'exagération de leur haine, leur amour ou leur pitié, résultent des transferts ; leurs fantasmes inconscients

relient des événements et des personnes du moment et des événements psychiques depuis longtemps oubliés, provoquant ainsi le déplacement de l'énergie affective des complexes de représentations inconscientes sur les idées actuelles, exagérant leur intensité affective. Le « comportement excessif » des hystériques est bien connu et suscite les sarcasmes et le mépris ; mais depuis Freud nous savons que c'est à nous, médecins, que ces sarcasmes devraient s'adresser, nous qui n'avons pas reconnu la représentation symbolique propre à l'hystérie, faisant figure d'analphabètes face au riche langage de l'hystérie. »

Nous l'observons tous les jours, le transfert réactualise un premier conflit refoulé et oublié. Ce sont toutes ces histoires restées en suspens qui, inconsciemment, nous empêchent de vivre l'instant.

Si les transferts ne permettent pas de guérir d'une histoire non terminée, ils concèdent néanmoins des soulagements provisoires. Comme une cocotte-minute sous pression, tant que le conflit inconscient n'est pas intégré, il faut l'évacuer d'une manière ou d'une autre. Transférer sur son actualité quotidienne des événements anciens sert ainsi d'exutoire aux conflits internes inconscients, transformés en conflits hors de soi, sur des choses et autres problématiques susceptibles de les représenter. Une dynamique que l'on observe aussi à l'échelle collective. C'est ainsi que nous pouvons comprendre le besoin de certaines collectivités de produire ses parias, invalides et autres boucs émissaires.

Ce qui est chassé par la porte, revient par la fenêtre a-t-on coutume d'expliquer en psychologie des profondeurs. Lacan précise : « ce qui est forclos du symbolique, réapparaît dans le réel ». Et un ancien sage ne manquerait pas de faire le rapprochement entre une collectivité qui élude ses états d'âme à grand renfort de médicaments et l'arrivée, dans le réel, d'événements susceptibles de lui faire revivre les mêmes émotions non intégrées : attentats terroristes, crises migratoires, pollution des sols et de la nourriture, etc.

### ***Une source d'aliénation***

Comme je propose de la définir, la nécessité transférentielle est donc une conséquence d'un manque d'intégration. À défaut d'avoir pu intégrer des vécus conflictuels, ces derniers n'entrent pas dans l'Histoire et restent présents, reportés, ou transférés, sur une actualité plus ou moins adéquate. À force, ils se cristallisent alors dans un rapport conflictuel vers l'extérieur, sans plus permettre ainsi un travail d'introspection. La problématique paranoïaque est un bon exemple d'une personne qui ne cesse de projeter autour d'elle un ancien traumatisme devenu inconscient, mais pas inopérant.

Aldo Naouri présente un exemple de deuil non fait qui est à l'origine d'une nécessité transférentielle qu'une jeune mère projette sur son nouveau-né. Elle harcelait le pédiatre depuis plusieurs semaines pour des bénignités chez son bébé. Or celles-ci ne justifiaient aucunement ses accès d'angoisse. Mais un jour, elle revient pour raconter un atroce cauchemar. Elle y avait vu la tête de son fils posée sur une table, pleurant, criant sans qu'elle n'entende rien ! La jeune mère raconte : « Je me suis réveillée en sursaut. Je suis allée au berceau de mon fils. J'ai allumé, il dormait. Et vous savez ce que j'ai fait, je suis folle sûrement, je l'ai réveillé, je l'ai secoué, jusqu'à ce qu'il pleure. Alors, j'ai entendu ses cris et j'ai essayé de le calmer. Mon mari s'est réveillé, je ne lui ai rien raconté de mon rêve. Et j'ai mis longtemps à bercer Samuel pour qu'il se rendorme. Je n'ai plus refermé l'œil depuis. » [\[58\]](#)

Aldo Naouri nous restitue ensuite la suite de l'entretien : « Sans entrer dans le détail du matériel du rêve, Mme Judith m'a raconté sa rencontre avec le père de Samuel, leur mariage, sa grossesse et enfin son accouchement : elle mettait au monde un garçon au moment même où son propre père, à un autre étage de la même clinique, décédait, sans qu'elle n'en sache rien. On lui a appris la nouvelle quarante-huit heures plus tard, au moment de l'enterrement auquel elle ne pouvait pas se rendre dans son état. « Plus j'y pense, plus je deviens folle, plus j'essaie de ne pas y penser et plus ça revient malgré moi, un qui part, un autre qui arrive, et moi au milieu. Moi. Toute seule ? Là, je n'ai pas choisi le moment, la vie l'a choisi pour moi. Est-ce que j'aurais pu savoir ? On m'avait tout caché !

Mais, même si on m'avait dit, qu'est-ce que je pouvais y faire ? Alors, ça revient toujours, j'ai beau me raisonner, je ne peux pas ne pas toujours y penser. Il y a vraiment de quoi perdre la tête. »

Cette situation décrit bien la difficulté pour cette femme à intégrer le décès de son père : « de quoi perdre la tête » dit-elle. Plusieurs facteurs concourent à cette difficulté : le fait qu'on lui ait caché l'événement, que celui-ci coïncide avec son accouchement, qui plus est, se produit dans le même établissement, etc. Dès lors, l'événement non intégré et la charge émotionnelle qui lui est associée se projettent sur le nouveau-né, lui attribuant quantité de problèmes largement surévalués, pour ne pas dire inventés. Cette femme exprime ici sa propre nécessité transférentielle. Elle déplace dans un espace hors de soi, entre elle et son enfant, le manque d'intégration du décès de son père. Le cauchemar, ainsi que la possibilité de parole et d'abréaction qu'elle trouve avec son interlocuteur, fort heureusement, lui permettent de renouer avec l'origine des problèmes pour l'intégrer au lieu de le projeter sur son nouveau-né.

### ***Analyser les nécessités transférentielles***

Comme ces exemples le montrent, les nécessités transférentielles empêchent la reconnaissance de l'autre en tant que sujet (son être véritable) puisqu'il est pris pour un autre. Combien d'énergie et de frustration ne peut-on observer dans les échanges entre les uns et les autres pour se faire reconnaître, et pour se défendre de ce genre de projections - ou nécessités transférentielles ? L'enjeu est bien celui d'une lutte contre un risque d'aliénation par ces personnes qui projettent une ou plusieurs histoires non terminées, inconsciemment et systématiquement.

Rainer Maria Rilke (Malte) illustre ce genre d'adaptation de l'enfant aux désirs les plus intimes d'un adulte, quand il réussit à rendre sa mère heureuse en jouant le rôle d'une fillette - probablement décédée et dont le deuil poserait problème. « Et seulement quand nous étions tout à fait certains de ne pas être dérangé, et que, au-dehors, la nuit tombait, il pouvait arriver que

nous nous abandonnassions à des souvenirs, à des souvenirs communs qui nous paraissaient à tous deux très anciens et dont nous sourions ; Nous nous rappelâmes qu'il y avait un temps où maman désirait que je fusse une petite fille et non pas ce garçon que, mon Dieu, oui, il fallait que je fusse. J'avais deviné cela, je ne sais plus comment, et j'avais eu la pensée de frapper quelquefois l'après-midi à la porte de maman. Quand elle demandait alors qui était là, j'étais tout heureux de répondre du dehors : « Sophie », d'une voix que j'amenuisais si bien qu'elle me chatouillait la gorge. Et lorsque j'entrais (dans mon petit vêtement d'intérieur aux manches relevées qui semblait presque un déshabillé de fillette), j'étais tout simplement Sophie, la petite Sophie de maman qui s'occupait dans le ménage et à laquelle sa maman devait tresser une natte pour qu'il n'y eût pas surtout de confusion avec le vilain Malte, si jamais il revenait. Cela n'était du reste nullement désirable ; il plaisait autant à maman qu'à Sophie que Malte fût absent, et leurs conversations - que Sophie poursuivait toujours de la même voie aiguë - consistait surtout en énumérations des méfaits de Malte dont ils se plaignaient. [...] »<sup>[59]</sup>

Ce genre d'adaptation à la nécessité transférentielle d'autrui peut devenir une véritable prison dorée. Malte pourrait se retrouver enfermé dans le rôle de Sophie à chaque fois qu'il tente d'établir une relation harmonieuse avec sa mère, laquelle a besoin de projeter l'image de sa Sophie.

Ces nécessités transférentielles caractérisent autant des cultures (préjugés, idéaux, etc.) que des familles ou des individus. Elles opèrent dans un espace duel, pris dans une temporalité inconsciente, dans un conflit incessant. En thérapie, nous analysons ces transferts, autant ceux qui furent projetés sur la personne parfois avant même d'être conçue, que ceux qu'elle aura inconsciemment repris à son compte et qu'elle projette à son tour. C'est souvent la personne du thérapeute qui sert de support à ces projections. Il importe alors d'en parler pour élaborer l'origine de ces transferts au contraire que de les répéter. Toute l'expérience thérapeutique de la psychologie des profondeurs est ici bien utile.

Je développerais cette question de l'analyse et intégration des nécessités transférentielles dans le sixième chapitre. Mais pour en donner une idée, disons qu'au cours du travail d'intégration, il s'agit de changer son fusil d'épaule et de ne plus s'épuiser dans une rhétorique stérile avec la personne (ou les groupe de personnes) qui projette ses histoires non terminées - lesquelles prolongent parfois aussi celles de ses aïeux. Et plutôt que de s'en défendre, il convient d'en analyser l'origine et la signification. Un changement d'attitude qui s'observe systématiquement lorsque des situations similaires sont identifiées dans l'histoire familiale. C'est là que l'accompagnement du thérapeute peut faire la différence (lui-même ayant une certaine expérience des transferts dont il fait l'objet). Pour le dire simplement, son aptitude à écouter la personne, à la comprendre, va l'aider à prendre du recul sur les situations conflictuelles pour y penser autrement, en lien avec son propre inconscient. Ce travail nous renvoie à l'essentiel, c'est-à-dire vers nous-même. Car en effet, plus nous nous connaissons nous-même, moins les nécessités transférentielles nous affectent.

\*\*\*

## 5. Face aux nécessités transférentielles

Après avoir présenté l'origine des transmissions transgénérationnelles - la nécessité transférentielle - analysons maintenant la problématique du point de vue des héritiers.

Chez le récipiendaire, celui qui se situe en « aval » des transmissions, toutes sortes de réactions sont possibles. Bien entendu, et pour commencer, nous disposons de certaines compétences psychologiques pour simplement intégrer les nécessités transférentielles d'autrui. Mais lorsque nous n'y parvenons pas, des mécanismes de défense se mettent alors en place. Ces réactions défensives ne libèrent pas du problème et, sur la durée, elles peuvent se généraliser et aliéner la personne. Deux formes extrêmes de réactions défensives peuvent être identifiées, que je propose de nommer : *style nirvâna* et *Persona*.

### ***Le style nirvâna***

Le *style nirvâna* rend compte de cette tendance à rejouer les histoires non terminées, à les mettre en scène, comme une sorte de passage à l'acte inconscient. Secrets, non-dits, événements honteux, impensables, drames affectifs, sont autant d'éléments que le *style nirvâna* peut rejouer de manière inconsciente et généralement à son corps défendant.

Engagée dans un travail d'intégration transgénérationnelle, Valérie me raconte un souvenir qui correspond à ma définition du style nirvâna. Alors qu'elle se représentait ce qu'avait été l'enfance de sa mère et la vie de ses grands-parents arméniens à la suite du génocide, lorsqu'ils subirent le régime communiste Russe, elle se rappela soudainement un épisode étonnant de sa petite enfance. Au cours d'une sortie dominicale avec ses parents sur la promenade des Anglais à Nice, elle commence à pleurer lorsqu'elle aperçoit deux policiers en uniforme. Attendris, et pour essayer de la calmer,

ceux-ci s'approchent d'elle qui hurle et les traite « d'assassins ! » Aujourd'hui, et avec le recul, Valérie comprend qu'à ce moment-là, la petite fille de quatre ans qu'elle était à l'époque avait exprimé une émotion et une rage en lien avec les histoires non terminées de ses grands-parents, de sa mère et de toute une communauté opprimée par des hommes en uniformes.

Françoise Dolto rapporte une situation qui montre aussi de quelle manière une fillette, par ses actes, rejouait un événement non intégré par ses parents. Ceux-ci étaient venus la consulter parce que leur fille ne parlait plus depuis plusieurs années. Au cours de l'entretien, Dolto interpréta le jeu de la fillette qui, à plusieurs reprises, fit glisser une poupée abîmée du giron de sa mère. Elle demanda aux parents si, comme le mimait l'enfant avec la poupée, la mère n'aurait pas eu une fausse couche depuis la naissance de leur fille. Face à la surprise des parents, la psychanalyste expliqua qu'elle ne faisait que traduire l'action de leur fille qui mimait une fausse couche. Acceptant de rompre le silence, les parents parlèrent de cet événement tenu secret. Ce faisant, ils délivrèrent leur fille du poids de leur propre nécessité transférentielle, ce qui la fit immédiatement sortir du mutisme dans lequel elle s'était enfermée ! Bel exemple de *style nirvâna* : en mimant spontanément la fausse couche de sa mère, la fillette représentait, à défaut de pouvoir en parler, un vécu non intégré par ses parents. À partir du moment où les parents acceptèrent d'assumer leur vécu en parole, l'enfant fut libéré du poids de la projection parentale inconsciente à l'origine de son mutisme.

Guy Ausloos présente un autre exemple qui montre comment le style nirvâna rejoue des histoires non terminées, pour qu'on en parle enfin. « J'aimerais illustrer cela par un exemple pris dans une famille dont l'enfant avait un goût assez rare pour le sang et pour les armes qu'il collectionnait volontiers. Il trouvait un exutoire à son besoin de violence en manifestant un certain sadisme envers les animaux. Devenu adolescent, il décide d'entrer en apprentissage comme équarrisseur dans un abattoir. Un soir, il agresse dans les toilettes d'un café, avec l'un des couteaux de sa collection, un homme de cinquante ans et lui demande de l'argent. L'homme s'échappe,

téléphone à la police tandis que l'adolescent, de son côté, fait de même. Lorsque les policiers arrivent, il prétend qu'il a été agressé sexuellement. Mais sa version ne tient pas, il se contredit et le juge le met en détention provisoire. » Quand, plus tard la famille est prise en charge par une équipe de thérapeutes familiaux, les parents se plaignent de ne pouvoir être entendus seuls, car « ils ont à dire des choses qu'ils ne peuvent pas dire devant les enfants. » Ausloos restitue le récit du père : « son propre père, pendant la guerre de quarante, a tué un soldat allemand. C'était un crime presque gratuit, résultat d'une période troublée où les gens se prenaient pour des résistants en abattant un soldat ennemi. Les conséquences de ces meurtres étaient souvent graves et se traduisaient par des prises d'otages suivies d'exécutions. Là où l'histoire de cette famille devient dramatique, c'est que cet homme a été dénoncé par son propre père, dans le but sans doute d'éviter cette prise d'otages. Il est envoyé en camp de concentration et son fils est élevé par le grand-père. Entre l'aïeul et le petit-fils s'échangent des ressentiments, une haine inassouvie, une atmosphère de violence et de sadisme complètement inhibés, maîtrisés. L'arrière-petit-fils, l'adolescent en question, a hérité de cette violence, et, lorsqu'il agresse un homme, c'est un homme de cinquante ans, comme si magiquement, symboliquement, il faisait à la place de son père ce que celui-ci n'avait pas fait à son propre grand-père.»<sup>[60]</sup>

Cet exemple montre qu'il aura donc fallu que cet adolescent passe à l'acte pour que ses parents acceptent de parler de ces événements dramatiques non intégrés. Par son *style nirvâna* ce jeune homme exprime son aliénation, le poids de la nécessité transférentielle de ses parents.

De la même manière, certains épisodes de la vie d'Arthur Rimbaud traduisent des formes d'aliénations qu'il exprime aussi par son *style nirvâna*. Alain de Mijolla<sup>[61]</sup> observe en particulier de quelle manière le souvenir du père hante le poète. Celui-ci disait fuir la police militaire, se croyant déserteur du 47<sup>e</sup> régiment d'infanterie ; or il n'a jamais été militaire et le 47<sup>e</sup> régiment était celui de son père.

Dans son livre, *Un secret*, Philippe Grimbert<sup>[62]</sup> explique comment, pendant son enfance, lui-même avait pris l'habitude de mettre les couverts pour un invité imaginaire, sans se douter à l'époque que ses parents avaient perdu un premier garçon, dont le deuil ne s'était pas fait.

Des passages à l'acte, ainsi que les cas de psychose, ou « états limites », souvent inexplicables, sont aussi susceptibles de dévoiler des héritages transgénérationnels inconscients. Didier Dumas observe que « les enfants psychotiques semblent avoir pour mission de réparer inlassablement le passé généalogique de leur famille. Ce sont d'incomparables explorateurs de l'inconscient transgénérationnel. Les enfants psychotiques expriment ou racontent des choses qu'a priori personne ne comprend. Or, lorsqu'on les écoute sérieusement, on s'aperçoit que l'on ne comprend pas, qu'en fait, ils explorent le passé familial qui a fait d'eux ce qu'ils sont. C'est comme s'ils utilisaient le plus clair de leur temps à circuler dans l'inconscient de leur mère, à la recherche de ses amours perdues : les grands-mères, les grands-pères ou les grands-tantes, dont elle, ou sa propre mère, n'a jamais pu porter le deuil. Les autistes dénoncent, par leur existence, des silences mensongers. Ils assument, sans que personne ne s'en rende compte dans la famille, tout ce que les autres ne peuvent ni penser ni dire. Par leur mutisme, ils protègent leurs parents de vérités trop douloureuses. La psychose est donc, sous cet angle, un destin de descendant sacrificiel, une preuve, s'il y en a besoin d'une, que ce que j'appelle le cannibalisme familial existe bel et bien. Et sans l'analyse du généalogique, on ne comprend rien à cette dimension radicalement inconsciente de la dévoration mentale. »<sup>[63]</sup>

Les origines transgénérationnelles des aliénations dites « psychotiques » nous permettent de découvrir et de donner un sens aux symptômes, et, partant, d'envisager une intégration. Mais elles nous renseignent également sur le fonctionnement général du *style nirvâna*, lequel n'est pas réservé aux manifestations psychotiques ni aux masochistes puisqu'il peut apparaître chez tout un chacun de manière épisodique et en fonction de certaines circonstances, par

exemple sous l'effet de l'alcool, de stupéfiants ou de médicaments. Le style nirvâna s'observe aussi chez celles et ceux qui, répondant aux normes familiales et collectives, se coulent dans un moule au nom de la « normalité ». Ils peuvent ainsi fonder des familles et s'engager dans des vies apparemment idéales, sans s'interroger sur eux-mêmes et sur leurs propres désirs, sans être véritablement eux-mêmes présents.

### ***Style nirvana et créativité***

Auteur de nombreux contes pour enfants, Charles Perrault se confronte aussi à plusieurs deuils gelés dans sa famille, s'agissant notamment d'une sœur aînée et d'un frère jumeau. Sans le vouloir délibérément, il reproduit les lacunes familiales entre les lignes de ses écrits. Par exemple, dans *La Belle au bois dormant*, il est question de l'arrivée incongrue d'une vieille sorcière, au moment où les bonnes fées sont réunies autour du berceau d'un nouveau-né. Nicolas Abraham et Maria Torok ont montré que cette figure de la vieille sorcière pouvait représenter l'inconscient familial, sa part d'ombre, fait d'histoires non terminées et de deuils non intégrés. Selon Denise Morel-Ferla<sup>[64]</sup>, la crypte qui abrite les deuils non faits condense plusieurs morts, et sur plusieurs générations : « Non seulement, Charles Perrault a fait référence à son jumeau mort à six mois, à sa sœur Marie, seule fille de la fratrie, morte à treize ans, mais certainement aussi à des morts qui ont marqué la vie de ses parents aux générations précédentes, et dont le deuil n'a pu être suffisamment élaboré. [...] Cette crypte apparaît symboliquement dans le conte, sous la forme de ce lieu clos inaccessible, où la jeune princesse se trouve endormie pour cent ans ! Perrault note bien que le « roi et la reine, après avoir baisé leur chère enfant sans qu'elle s'éveillât, sortirent du château et firent publier des défenses à qui que ce fût d'en approcher ». Ces défenses n'étaient pas nécessaires, car il crût, en un quart d'heure, tout autour du parc, une si grande quantité d'arbres, de ronces et d'épines entrelacées les unes dans les autres, que ni bête ni homme n'y auraient pu passer. [...] Tous les enfants Perrault, aussi curieux et avides de savoir les

uns que les autres, assez tourmentés, n'eurent sans doute pas besoin que leurs parents leur défendent explicitement d'aller explorer ces régions obscures de l'histoire familiale, car dans cette famille comme dans beaucoup d'autres, les cryptes impénétrables se font sentir par toutes sortes de symptômes. »

Que ce soit sous une forme symptomatique, ou artistique, ou les deux, ces multiples manières de remettre en scène des héritages transgénérationnels sont l'œuvre de ce que je nomme un *style nirvâna*, où le sujet reste prisonnier de ses aliénations, intimement liées aux histoires non terminées de ses ancêtres. Sans même s'en douter, à travers ses conduites, il cherche à faire reconnaître les histoires non terminées avec lesquelles il se débat. En même temps, il cherche aussi à se faire reconnaître lui-même, en tant que sujet tapis dans l'ombre de ses aliénations.

Les secrets de famille suintent aussi entre les lignes écrites par d'autres nombreux auteurs. Ainsi, Serge Tisseron<sup>[65]</sup> a reconnu la présence d'un secret de famille dans l'œuvre d'Hergé. L'analyse des célèbres bandes dessinées *Tintin*, le double patronyme des Dupont et Dupond, la présence d'une Castafiore qui oublie systématiquement le nom du capitaine Haddock, sont quelques-unes des particularités qui ont permis de mettre le doigt sur un secret dans la filiation paternelle de l'auteur, Hergé. « Il y a en effet dans *Tintin* beaucoup de choses étranges : la ressemblance de Dupond et Dupont, qui ne sont pourtant pas frères ; la transformation de Haddock au fil des albums ; le dénouement pratiquement incompréhensible de certaines histoires, comme *le Trésor de Rackham le Rouge*... En étudiant toutes ces bizarreries, j'ai finalement acquis la conviction qu'une seconde histoire secrète courait derrière le déroulé "officiel" des personnages de Hergé, et que ce mystère masquait les souffrances d'un garçon né de père inconnu, mais illustre. »

« Quand j'ai émis cette hypothèse, en 1981, on ne savait rien de la vie de Hergé. Tout cela aurait pu rester sans suite, mais des journalistes ont découvert, quelques années plus tard, que ce secret avait vraiment existé dans la famille de Hergé ! Son père, Alexis

Remi, était, en effet, né de père inconnu, mais d'origine probablement illustre ! En plus, la réalité révélait grand nombre de rebondissements : le père de Hergé avait un frère jumeau, Léon, et tous deux – élevés au sein d'une modeste famille – avaient eu leurs études et leurs vêtements offerts par une comtesse vivant dans un véritable château ! » Serge Tisseron explique que dans les livres de Hergé, les Dupond(t) représentent le père et l'oncle de Hergé. Ils sont enquêteurs, comme à la recherche d'une vérité qui leur échappe systématiquement, comme un fils peut inconsciemment être à la recherche de son père biologique. C'est la Castafiore qui garde un secret, qu'elle refuse de dévoiler. « La Castafiore parle sans arrêt pour ne rien dire, comme tous ceux qui ne veulent pas risquer d'être interrogés sur un sujet délicat auquel ils ne veulent pas répondre. Elle répond toujours à côté. Or, justement, n'est-ce pas là ce que fait toute personne qui garde un secret et désire ne pas en parler ? Enfin, s'il y a bien un domaine particulier dans lequel elle s'entend à créer la confusion, c'est sur le nom du capitaine. Dans *l'Affaire Tournesol*, la Castafiore s'adresse à Tintin mais n'arrive pas à se souvenir du nom de Haddock : « Ah ! petit flatteur, vous êtes venu me féliciter de même que ce... ce pêcheur... Monsieur ?... Monsieur ? [...] Et dans un autre album, *Bijoux*, elle l'appelle successivement Kappock (p. 8), Koddack (p. 9), Mastock, Kosack (p. 10), Kolback, Karbock (p. 22), Karnack (p. 23), Hablock (p. 34), Maggock (p. 55), Medock et Kapstock (p. 56) ! »<sup>[66]</sup>

Cette célèbre analyse de Serge Tisseron montre de quelle manière les secrets de familles se répercutent chez ceux qui en héritent, en l'occurrence Hergé. Son œuvre témoigne d'un profond désir, inconscient, de faire reconnaître ces histoires non terminées pour s'en affranchir enfin.

Nous pouvons ainsi comprendre que certaines activités artistiques sont des tentatives d'élaborer des héritages transgénérationnels. La compulsion créative peut elle-même fonctionner comme défense face à la nécessité transférentielle d'autrui. Les besoins compulsifs d'innover, de faire des découvertes,

reflètent un profond désir de s'affranchir d'histoires non terminées aliénantes.

Moins heureux et moins reconnus que Hergé de leur vivant, nombre d'artistes illustrent cette tentative passionnée d'émancipation au travers d'une production artistique dont l'intensité égale la souffrance de n'être pas libérés des aliénations familiales, de n'être pas reconnus en tant que sujet. Par exemple, Vincent Van Gogh<sup>[67]</sup> et Camille Claudel<sup>[68]</sup> ont tenté, sans y parvenir, de surpasser l'aliénation provenant de parents qui n'avaient pu faire le deuil d'un précédent enfant décédé. Ces deux artistes ont inconsciemment lutté contre l'héritage de deuils non faits chez leurs parents, sans avoir pu découvrir l'origine de leurs aliénations. Les sculptures de Camille Claudel, son transfert sur Rodin (reproduisant l'aliénation du rapport à sa mère), son besoin de reconnaissance, son avortement, sont autant d'événements, qui pris dans le contexte général des liens familiaux, attestent de ses tentatives de signifier à sa mère le poids d'une nécessité transférentielle provenant du deuil non fait d'un premier fils idéalisé.

Le destin du peintre Gustave Courbet montre aussi ce qui peut arriver à un enfant de remplacement lorsque les conflits inconscients s'exacerbent jusqu'à l'excès. Dans un article<sup>[69]</sup> que je lui ai consacré, je présente son héritage familial tout à fait exceptionnel. Non seulement il fut l'enfant de remplacement d'un frère aîné, mais il fût aussi celui de ses deux oncles (maternel et paternel) tous deux fils héritiers en puissance et très tôt décédés. Grâce à son génie artistique et à la passion qu'il mettait dans son œuvre, Courbet a longtemps sublimé cette problématique. Cependant, même s'il connut un grand succès international, il souffrira toujours d'un manque de reconnaissance – précisément à cause du fait qu'il fût un enfant de remplacement, une problématique non intégrée et restée inconsciente. Il se devait d'être unique, distingué des autres, quel qu'en soit le prix. Pour cela il multiplie les scandales en rompant avec les règles, en peignant des nus très peu académiques (*L'origine du monde*, notamment), etc. Alors bien sûr, un jour ou l'autre, la chance tourne. Une fois le soulèvement des parisiens

réprimé, (lors de la *Commune*), Courbet sera jugé seul coupable de la destruction de la colonne Vendôme à Paris. Il doit alors fuir sa patrie, et ce ne sera qu'après sa mort qu'il sera réhabilité par sa mère-patrie...

### ***Le « principe de nirvâna »***

Le *style nirvâna* manifeste la partie visible d'un iceberg qui trempe en eaux profondes, dans un espace fusionnel aliénant. Il est le fruit d'un « principe de nirvâna » originaire qui peut être aliénant ou ressourçant, en fonction de la nature des liens de filiation. Freud<sup>[70]</sup> a pointé ce « principe de nirvâna » comme étant une disposition naturelle, biologique et psychologique, à tendre vers une excitation moindre. Il évoque à ce propos un fantasme de retour vers des origines intra-utérines, doublé d'un sentiment de bien-être « océanique ».

Comme je l'ai présenté dans les exemples qui précèdent, l'enfant qui répond aux besoins de sa mère (sans en avoir conscience) reste dans un espace fusionnel. Il n'est pas conscient d'exister en tant que sujet, mais reste pris dans un tout qui l'empêche de s'individualiser. Le terme « nirvâna » me paraît approprié pour rendre compte de cette ignorance de soi qui néanmoins pacifie son rapport aux origines, à commencer par son rapport à ses parents. Avec Michel Richard, il faut ici rappeler la notion de « scène primale » des psychanalystes. Lorsque « dans la vie d'un enfant, l'humiliation, la privation, le refus s'additionnent pour donner la prise de conscience suivante : « *je n'ai aucun espoir d'être aimé pour ce que je suis* ». À ce moment l'enfant glisse dans la névrose, car il se met à se comporter comme ses parents ou autrui l'exige et non pas en fonction de ce qu'il désire lui. »<sup>[71]</sup>

Il est ainsi possible de comprendre ce qui amène une personne, ou un enfant, à assumer la « nécessité transférentielle » d'autrui, par exemple de ses parents. Endosser une telle charge c'est servir d'écran pour que la personne (le parent) qui souffre d'un conflit non intégré puisse le projeter et s'en trouver apaisée. Répétons-le, lorsqu'une nécessité transférentielle trouve une occasion de se

projeter, les conflits inconscients sont soulagés et les symptômes amoindris, ce qui améliore la qualité des relations avec l'entourage. Mais une fois ce type de relation instaurée, il n'y a plus de place pour l'individualisation de celui qui sert les besoins de la nécessité transférentielle. Il reste l'otage d'une relation aliénante. L'abnégation de soi qui permet une relation moins conflictuelle, devient à terme une source d'aliénation. Le *style nirvâna* trouve ici son origine, faire primer le bien-être d'une relation au détriment de sa propre personne, dans l'espoir rarement satisfait d'être un jour déchargé de cette fonction. Sándor Ferenczi<sup>[72]</sup> avait bien analysé ce genre de dynamique, reconnaissant que « La peur [...] transforme pour ainsi dire les enfants en psychiatres ».

### ***L'intégration du style nirvâna***

L'émancipation du *style nirvâna* dépend d'une juste interprétation de ce qui est signifié derrière certains comportements, passages à l'acte ou autres manifestations symptomatiques. Lorsque ces symptômes sont associés à des vécus d'autres personnes dans l'entourage, ainsi que chez les aïeux, la personne cesse de s'y identifier pour commencer à en découvrir les véritables origines. La possibilité d'en parler peut engager une élaboration qui permet progressivement de différencier le sujet en soi de ses aliénations.

Voici un exemple qui rend compte d'une différenciation du style nirvâna à travers des rêves. Paul vient consulter à cause d'importantes insomnies, de la fatigue due au manque de sommeil, d'une souffrance de l'âme avec ses questionnements existentiels. Serait-il plus heureux dans une relation avec un de ces hommes, apparemment « gentils » et bien compréhensifs ? En clarifiant l'histoire de ses aïeux, nous découvrons à quel point la représentation des hommes et de l'hétérosexualité est négative dans sa branche maternelle. Lorsqu'elles étaient jeunes, sa grand-mère et la sœur celle-ci avaient été abusées par un membre de la famille sans que cela ait vraiment été dit ou reconnu. Cette même grand-mère aura aussi caché à sa fille aînée (Joelle, la sœur aînée de la

mère de Paul) la véritable identité de son père biologique. Elle se marie rapidement et imposera le silence à son mari. Par son refus de nommer l'homme qui est le père de sa fille aînée, elle engendre un secret qui va peser sur toute la famille. La relation faussée avec son « père » est-elle responsable de l'homosexualité de Joelle ? Comment, en effet, faire confiance aux hommes si celui désigné comme père ne l'est pas ? Quoiqu'il en soit, elle en restera prisonnière puisqu'elle décèdera jeune d'un cancer sans avoir pu accéder à la vérité sur ses origines. La deuxième sœur souffre aussi du secret de famille, et se suicidera comme pour rejoindre sa sœur aînée. Ce n'est que bien plus tard que la grand-mère partagera son secret avec ses autres enfants (dont la mère de Paul). Quand les parents de Paul divorcent, c'est encore et toujours la représentation de l'homme (et du père) qui en prend un coup.

La clarification des histoires non dites de ses aïeux permettra quelques prises de conscience sur ses héritages transgénérationnels inconscients. Des rêves viennent soutenir un profond travail d'intégration, ou de désaliénation. En particulier, Paul me raconte deux rêves significatifs : « J'ai rêvé qu'un ami proche me faisait la confidence d'être gai. Je lui demandais pourquoi est-ce qu'il s'était marié alors, il me répondit que c'était justement la parfaite couverture, personne ainsi ne se douterait de sa réelle identité sexuelle. J'éprouvai alors un soulagement, je comprenais enfin pourquoi ça m'était passé par la tête. En fait j'avais pris ses propres questionnements et les lui avait rejoués en face de lui, ça n'était donc pas mes questionnements que j'avais eu ces dernières années. »

La même nuit, un deuxième rêve associe la thématique des insomnies avec la grand-mère maternelle : « Je suis avec une amie d'enfance (un de mes amours d'enfance que j'ai revue dernièrement), je lui dis que je ne suis plus avec ma compagne, qu'on a rompu, elle se réjouit de cette nouvelle pour moi (et peut-être se réjouit-elle aussi que l'on puisse avoir maintenant une relation). Nous nous retrouvons dans une sorte de magasin avec un lit dans un coin, nous nous y installons, je l'étreins, elle me dit que je suis tout doux, ça me fait du bien de sentir ses belles formes et sa

peau douce. Je sens qu'il y a quelque chose de joyeux entre nous. Plus tard lorsque nous parlons de dormir, elle me dit qu'elle fait des insomnies, je me dis alors que d'aller chez ma grand-mère maternelle ne serait pas une bonne idée vu qu'il n'y a qu'un petit lit, je vais mal dormir si elle fait des insomnies et bouge pendant la nuit. Là aussi je suis soulagé, ce n'est pas moi qui ai des insomnies mais quelqu'un d'autre. » Comme Paul l'analyse lui-même, ces rêves parlent d'une différenciation entre lui-même (le sujet en lui) et ces « autres » (ses aliénations) - qui ne sont pas sans liens avec les histoires non terminées de ses aïeux. Une différenciation qui révèle les nécessités transférentielles de son entourage, jusqu'ici insoupçonnées, pour commencer à les intégrer au lieu de les rejouer à son corps défendant, à la manière du style nirvâna.

Nicolas Abraham et Maria Torok présentent un exemple d'interprétation d'une conduite apparemment inexplicable qui va également permettre de différencier le sujet de son aliénation. « L'un de nous a analysé un garçon qui "portait" ainsi sa sœur de deux ans son aînée, sœur qui, avant de mourir vers l'âge de huit ans, l'avait "séduit". Quand le garçon eut atteint la puberté, il alla voler dans les magasins des dessous féminins. Plusieurs années de relation analytique et un lapsus providentiel - où il énonçait pour son propre âge celui que sa sœur aurait dû avoir si elle avait vécu - permirent de reconstituer la situation intérieure et le motif de sa "kleptomanie" : "Oui, dit-il, pour expliquer ses vols, à quatorze ans elle aurait eu besoin de soutien-gorge". La crypte de ce garçon abritait la fillette "vivante" dont il suivait inconsciemment la maturation. Cet exemple montre bien pourquoi l'introjection de la perte était impossible et comment l'incorporation de l'objet perdu devint pour ce garçon le seul mode d'une réparation narcissique. »<sup>[73]</sup>

Bien que les termes employés par ces auteurs diffèrent quelque peu de mes formulations, cette situation montre bien que les vols de sous-vêtements féminins « parlaient » d'un deuil non fait de sa sœur. En se conduisant comme l'aurait fait sa sœur adolescente si elle n'était pas décédée, son style nirvâna met en scène une vérité sur l'origine de son aliénation. Philippe Grimbert<sup>[74]</sup> aussi,

raconte de quelle manière un héritage transgénérationnel inconscient aura poussé un adulte à acheter une robe d'enfant sans aucun motif rationnel.

### ***La persona***

Examinons maintenant une autre manière de réagir aux nécessités transférentielles. J'emprunterai au vocabulaire classique le terme de *persona* pour définir une autre forme d'aliénation transgénérationnelle aux antipodes du *style nirvâna*. Alors que le *style nirvâna* est pris dans une relation fusionnelle, la *persona* se coupe de la relation. Mais ce faisant, nous allons comprendre qu'elle se coupe aussi d'une part d'elle, c'est-à-dire du sujet en elle. La coupure qu'opère une *persona* n'est donc pas sans conséquences. Si elle met un terme à la relation conflictuelle en se mettant de côté, cela va générer d'autres problématiques. La relation conflictuelle au parent, par exemple, devient ici la source d'une nouvelle nécessité transférentielle chez l'enfant qui la projettera sur un tiers (un frère, une sœur) sans plus ressentir la souffrance de son être profond. Les manques d'intégration se propagent ici comme dans un jeu de domino, à l'image de ces brimades qui se transmettent des chefs aux subalternes dans les organisations hiérarchiques.

Étymologiquement, le mot *persona*, signifie un masque de théâtre, ainsi que le « rôle attribué à un masque ». Le masque sépare non seulement l'impersonnel de l'authentique, mais il travestit également la manifestation du vivant, c'est-à-dire les mouvements du visage, pour substituer à celui-ci une apparence fixe, un temps arrêté, comme mort. Ici, l'écorce se substitue au noyau. Le mot *persona* souligne cette tendance à désinvestir le sujet en soi, à s'éloigner de son être profond.

Jung<sup>[75]</sup> avait déjà employé ce terme pour rendre compte de l'influence de la « psyché collective » sur l'individu. Il avait présenté la *persona* comme une sorte de greffe ajoutée au sujet authentique. Je propose aussi d'y voir une forme d'aliénation inconsciente, qui peut être autant familiale, collective que culturelle. À l'image du *surmoi* considéré comme une entité venue se greffer sur le noyau

pur du psychisme de l'enfant, la *persona* est une forme d'aliénation plus générale, parfois culturelle. En plus d'être le fruit d'une influence collective, elle peut aussi, et plus simplement, provenir d'une aliénation plus spécifiquement familiale, et même à partir du cadre restreint d'une relation à deux, par exemple entre une mère et son enfant.

Face à une nécessité transférentielle qu'elle n'intègre pas, la *persona* va donc à son tour générer une nouvelle nécessité transférentielle, et même l'amplifier. De cette manière, la *persona* contribue à perpétuer les manques d'intégration ainsi qu'à en complexifier la restauration. À l'échelle collective, cette systématisation du transfert, d'une génération à l'autre, peut prendre une forme culturelle, patriarcale par exemple. Dans son analyse des diverses formes de développement de la personnalité, Jung écrit que « Les possibilités décrites dans les chapitres précédents sont, au fond, à y regarder de près, autant d'*aliénations de soi-même*, à savoir de *dépersonnalisation* partielle, tantôt au profit d'un rôle extérieur, tantôt au bénéfice d'une importance imaginée ou imaginaire. »<sup>[76]</sup>

Pour rendre compte de ce qui peut interférer entre l'écorce et le noyau, entre le sujet en soi et la *persona*, la littérature spécialisée a employé les termes de « crypte » (pour les deuils non faits), de « fantasme d'incorporation », « d'inclusion », de « refoulement conservateur », ou de « zones clivées » pour désigner des variantes d'une fragmentation du psychisme. Celle qui caractérise la *persona* varie en fonction de plusieurs facteurs, notamment de l'amplification des héritages transgénérationnels sur plusieurs générations. Ainsi les complexes névrotiques d'une génération peuvent aller jusqu'au recours du déni à la prochaine génération. Claude Béran et Dominique De Vargas<sup>[77]</sup> ont relevé cet aspect chez des pervers sexuels. Le peu de langage qu'ils parviennent à employer s'attachera à attribuer à un « autre en eux » les activités « inexplicables » dont ils se seraient rendus coupables. Il est d'ailleurs notoire que les abuseurs sont des personnes qui répercutent une maltraitance dont ils ont eux-mêmes été victimes.

Ces dénis sont une forme de défense archaïque face à ce qui fait retour dans leurs destins. Ce faisant, ils déportent sur autrui leurs propres vécus insupportables, un penchant qui s'observe notamment chez les sadiques, les manipulateurs et les pervers.

La problématique la plus commentée dans la littérature spécialisée concerne la différence sexuelle, la difficulté d'accéder à un plein épanouissement hétérosexuel. Car en effet, lorsque la différenciation sexuelle est inconsciemment influencée (culturellement et familialement), l'hétérosexualité peut devenir un problème.

La prise en compte des héritages transgénérationnels apporte là aussi de nouveaux éléments de réponses. La difficulté d'accéder à l'hétérosexualité, l'orientation homosexuelle des pulsions amoureuses, surtout lorsqu'elles sont œdipiennes, peuvent en effet résulter d'une carence héritée de manière transgénérationnelle. Car un enfant peut souffrir des conflits inconscients hérités de ses propres parents, lorsqu'eux -mêmes n'ont pas intégrés leur propre identité sexuelle et/ou celle de leurs parents. Ainsi compris, les difficultés hétérosexuelles peuvent, au même titre que n'importe quelles problématiques inconscientes, manifester une lacune héritée de la génération précédente.

### ***L'intégration de la persona***

D'une manière générale, à l'inverse du *style nirvâna*, la *persona* ne souffre pas d'un manque de reconnaissance sociale, ou d'une mauvaise réputation. Son masque lui permet de naviguer sans encombre dans le monde des apparences. En revanche, sans même s'en douter, la *persona* souffre d'un oubli du sujet en elle. Un problème largement répandu, identifié par Freud comme une névrose collective, responsable du fameux « malaise dans la civilisation. »

À l'échelle culturelle en effet, la *persona* peut faire sienne la nécessité transférentielle d'une collectivité. Mais cette adaptation peut-elle durablement se substituer au besoin d'approfondir le sens de son rapport au monde et de s'épanouir en tant que sujet ? Il faut

ici comprendre que les symptômes dont elle souffre sont des appels à se remettre en cause pour retourner vers soi-même. La production de symptômes permet déjà une certaine individualisation de la *persona*, révélant quelque chose qui lui est propre et qui la distingue des autres. Un processus d'humanisation est alors rendu possible, pour éventuellement pallier la solitude psychologique dans laquelle les *persona* se sont inconsciemment enfermées.

Du fait de son fonctionnement défensif, la *persona* est programmée pour projeter ses manques d'intégration là où les apparences s'y prêtent le mieux. Le problème n'est pas reconnu comme le sien propre, mais comme étant toujours en dehors de soi, chez l'autre, dans son environnement, dans une partie de son corps, etc. Ainsi que nous l'avons vu dans la situation rapportée par Aldo Naouri, il peut s'agir, comme dérivatifs à un deuil difficile à faire, d'angoisses qu'une mère projette sur les symptômes insignifiants de son nouveau-né. En fait, c'est là un fonctionnement très courant et qui consiste à projeter hors de soi les raisons de ce qui ne va pas : un système social injuste, un coupable des malaises familiaux, une conjoncture économique difficile, un voisinage hostile, un climat trop chaud, etc. Bien évidemment, il est des réalités problématiques et même tragiques. Cependant, seuls ceux qui font autre chose que d'y projeter leurs propres conflits inconscients vont réellement parvenir à y remédier. Au contraire, les personnes qui ne font que transférer leurs difficultés non intégrées sur les problèmes actuels ne réussiront pas à les résoudre véritablement, elles risquent plutôt de les amplifier tout en prétendant les régler. En effet, déléguer alentour ses problèmes revient à s'engager dans une spirale infernale, où les lacunes d'intégration vont grandissantes, entraînant un désinvestissement croissant du sujet en soi.

Le travail thérapeutique inverse cette tendance. Salomon Sellam par exemple explique les conséquences pour une adolescente lorsque sa mère accepte de tomber le masque. Cette adolescente était fascinée par le mouvement gothique. Elle s'habillait toujours en noir, se sentait incomprise de tout le monde, avait de la peine à l'école et avec ses camarades. En évoquant l'histoire familiale, la mère parle alors d'une interruption volontaire de

grossesse (IVG) survenue avant la naissance de sa fille. « J'ai été marquée à vie : aucune humanité dans la clinique. J'avais l'impression d'avoir commis un meurtre au regard des pensées et des remarques du médecin. Je m'en suis mordu les doigts pendant longtemps. » Salomon Sellam explique que pendant qu'elle parlait, une vive émotion est apparue sous forme de trémulations du menton et de pleurs. Voyant cela, il lui a demandé de décrire ses pensées à cette période. « Dans ma tête, j'avais commis un meurtre et je voulais absolument le réparer. Ma fille est venue deux ans après l'IVG. J'avais ainsi l'impression d'avoir réparé cette faute et je n'en ai parlé à personne ». La prise de conscience du rapport entre cet événement jamais intégré et les difficultés de sa fille permet une ouverture. « J'ai toujours eu l'impression que mon premier enfant était toujours là à mes côtés. De ce fait, je n'ai jamais pu proposer une véritable place à ma fille. Pour moi, le premier était l'aîné et il était toujours vivant dans mes pensées. Je l'imaginai grandir et le voyais aller à l'école, faire du sport, faire des études, etc. Il était virtuel. Quelque mois plus tard, la mère raconte que sa fille « s'est faite plein de copines et a retrouvé sa joie de vivre. Mon mari et moi nous n'en revenons pas ! »<sup>[78]</sup>

Cet exemple montre qu'en acceptant de parler d'un vécu jusqu'ici non intégré, cette mère a émancipé sa fille du poids de sa nécessité transférentielle. En acceptant de retirer sa *persona*, elle libère sa fille d'un héritage que cette dernière mettait en scène à la manière du *style nirvâna* et qui l'empêchait de se développer normalement.

## **Synthèse**

En définitive, chacun de nous pourrait être compris comme un mélange de *persona*, de *style nirvâna* et de sujet. Selon nos héritages transgénérationnels, notre entourage, les conditions actuelles et, en fonction du développement du sujet en nous, nous réagissons à nos vécus sans toujours pouvoir les traverser et les intégrer. Ainsi il n'est pas rare que, dans l'intimité, un individu se comporte selon le *style nirvâna* (affectivement ou sexuellement à la

recherche d'une mère), alors que publiquement il affichera une *persona* politiquement exemplaire.

Le travail d'intégration analyse les mises en scène du *style nirvâna* et les nécessités transférentielles de la *persona* pour décrypter leurs significations inconscientes. En rendant la parole au sujet, derrière ses aliénations, un retour vers soi-même devient chose possible.

\*\*\*

<u>Style nirvâna</u>	<u>Intégration</u>	<u>Persona</u>
<p>L'héritier met en scène l'histoire que l'on projette sur lui.</p> <p>Le <i>style nirvâna</i> est une vaine tentative de se défendre d'une relation aliénante.</p> <p>Créativité obsessionnelle au sein du <i>style nirvâna</i> sont significatifs d'un refus d'être identifié à la nécessité transférentielle d'autrui.</p>	<p>Le sujet en soi intègre la nécessité transférentielle en symbolisant la relation.</p> <p>Le sujet développe ses propres facultés d'intégration et d'émancipation.</p> <p>Cette émancipation passe par une symbolisation du transfert de l'autre.</p> <p>Le rapport à l'autre, une fois intégré, se manifeste sous la forme d'une symbolique opérante.</p>	<p>L'héritier désinvestit le sujet en lui et reprend à son compte l'usage du transfert.</p> <p>La <i>persona</i> se développe au fur et à mesure des lacunes d'intégration. Elle perpétue la politique du transfert, l'oubli du sujet en soi et du rapport authentique.</p> <p>La <i>persona</i> développe un discours impersonnel, mais partagé avec d'autres, et donc garant de son appartenance sociale.</p>

## 6. L'intégration transgénérationnelle

Le travail d'intégration ne concerne pas seulement les héritages transgénérationnels inconscients. Il fait partie de nos compétences psychologiques, notamment pour donner du sens à nos expériences. En intégrant les événements qui jalonnent notre quotidien nous garantissons notre bon équilibre psychologique. Au contraire, lorsque nous n'y arrivons pas, c'est une histoire non terminée qui nous reste sur les bras. Et même si nous la refoulons ou l'oublions, elle reviendra sous forme de symptômes, se répétera, ou se transmettra aux prochaines générations.

Sorte de mise à jour continue de notre dialogue avec la vie, l'intégration est un travail psychologique aussi naturel que le fait de respirer ou de manger. Et contrairement à la maxime hypermoderne « arrêtez de penser », il conviendrait plutôt d'apprendre à penser véritablement. Penser est tout autre chose que de ruminer des mêmes idées en boucle. Apprendre à penser c'est aussi apprendre à ne pas penser. Évitions donc de dénigrer le travail de la pensée, nos questionnements, et autres recherches de vérité. Une fois les jugements, les explications impersonnelles, les stéréotypes et les préjugés dépassés, la vie de l'esprit est pleine d'idées, d'*insights* ou de prises de conscience qui rendent intelligibles nos vécus, qui réenchangent notre monde.

### ***Face aux résistances***

Plutôt que d'essayer de « ne plus y penser », il faudrait donc apprendre à penser véritablement, lire, s'offrir l'écoute et l'accompagnement d'un bon thérapeute, traditionnellement se chercher un maître à penser. Ces quêtes de vérité, avec leurs « prises de tête », furent à l'origine de toutes les découvertes, petites et grandes, qui ont marqué l'histoire de l'humanité, depuis l'invention

de la roue jusqu'aux nouvelles technologies qui permettent, par exemple, de faire le tour du monde avec un avion solaire.

À l'instar des nouvelles idées qui se heurtent aux anciennes, les vérités sont confrontées à toutes sortes de résistances. Quel procès n'a-t-on pas fait à Galilée qui soutenait que la terre tournait autour du soleil (et non pas le contraire), ou avant lui à ceux qui pensaient qu'elle était ronde (et non plate) !

Dans *Philoctète*, Sophocle explique : « Un homme de bien doit dire la vérité et le souffrir sans s'offusquer ». Et lorsque l'on s'engage à clarifier les histoires de famille, il n'est pas rare de rencontrer d'énormes résistances qui en décourageraient plus d'un. À terme, elles pourraient tuer la richesse et la symbolique de la pensée, la réduire au factuel et au politiquement correct. Et c'est bien ce qui arrive à ses familles où l'on ne parle plus que du temps qu'il fait, ou de ce qui arrive aux autres.

### ***Guérir les manques de transmissions***

Dérivé du latin *filius*, le mot « filiation » désigne habituellement un lien de parenté unissant un enfant à ses parents. Un lien qui peut tout aussi bien être biologique, anthropologique, juridique, psychologique que symbolique. Dans la perspective de l'intégration des héritages transgénérationnels, c'est bien entendu la dimension de la transmission symbolique, celle d'une fonction édicatrice parentale, ce « verbe » géniteur d'un sujet, qui retiendra notre attention.

Comme les exemples thérapeutiques l'ont montré, la fonction parentale ne s'arrête pas à la procréation biologique, tant s'en faut. Elle suppose une participation à l'avènement du sujet dans l'enfant. Lecteur de la symbolique biblique, Didier Dumas insiste sur les vertus de la parole et l'impact des carences symboliques sur le destin des nouvelles générations, à commencer par Caïn et Abel. « Le tragique destin de ces deux premiers enfants n'a nulle autre cause qu'un lourd déficit de la parole, dû au fait que leurs parents ne les ont pas conçus sur le mode où Dieu les a créés, une première fois dans la parole et une seconde dans le corps. [...] En présentant

l'homme comme un individu fabriqué en deux temps, la Bible propose, en effet, un modèle tout à fait précis de la conception de l'enfant. Il faut, dit-elle, le faire sur le mode où Dieu a conçu l'homme et la femme, en premier dans la parole et en second dans le corps. En d'autres termes elle explique que la conception d'un enfant est forcément double, mentale et corporelle, matérielle et immatérielle. [...] La psychanalyse le met tous les jours en lumière, les paroles et les fantasmes avec lesquels nos parents nous ont conçus marquent beaucoup plus ce que nous sommes que le coït dans lequel ils ont matérialisé ce désir. »

Cette lecture du rapport de filiation est doublement intéressante puisqu'il s'agit autant de donner naissance à un sujet chez l'enfant que de ne pas l'aliéner par ses héritages transgénérationnels. Étant donné que l'enfant dépend du « verbe » parental pour qu'advienne le sujet en lui, une démarche thérapeutique cherchera à restaurer ce « verbe » pour lui permettre d'intégrer ses héritages inconscients.

### ***Une démarche holistique***

Le travail d'intégration relève également d'une démarche holistique<sup>[79]</sup>. Ainsi, les émotions, et tout ce qu'un vécu conflictuel peut provoquer, sont impliqués dans le travail d'intégration. Et lorsqu'ils sont répétés, les échecs d'intégration exacerbent notre humeur, alors qu'au contraire, lorsque la signification d'un symptôme est trouvée il en résulte un regain d'énergie. Les gestalt-thérapeutes ont relevé cet impact émotionnel positif lors des prises de conscience, ou *insights*, qui jalonnent tout travail d'intégration.

De façon générale, l'intégration mobilise l'ensemble de la sphère psychoaffective, à savoir les émotions, l'intelligence, l'intuition, l'imaginaire, etc. D'ailleurs si l'on accepte la définition de l'intelligence comme une capacité à acquérir de nouvelles connaissances, l'intégration est une forme essentielle d'intelligence. Les dimensions inconscientes participent également au travail d'intégration. À leur manière, lapsus, rêves et fantasmes révèlent des besoins inconscients d'intégration.

Didier Dumas donne un exemple du rôle des rêves pour intégrer une aliénation transgénérationnelle inconsciente. Une femme le consultait depuis deux ans, incapable de reprendre une vie sexuelle après l'accouchement de son premier-né. Malgré son amour pour son mari, elle était saisie de panique au moindre contact physique. Il apparaissait clairement que son mari était devenu, avec l'arrivée de cet enfant, un « père intouchable ».

Cette situation sera dépassée grâce à l'analyse de ses cauchemars qui présentent des scènes de violence, où des nouveau-nés sont mis à mort. « Or cette cliente avait déjà exploré sa généalogie sur quatre générations sans qu'il y soit question d'un quelconque événement relié à des deuils non faits, ainsi que de tels symptômes le laissent habituellement supposer. Toujours dans la quête d'un éventuel secret de famille, ou de toute autre information significative, surgit une nouvelle découverte : « J'ai trouvé ! J'ai passé le week-end chez mes parents et j'ai trouvé ! J'ai à nouveau interrogé papa sur son enfance et j'ai appris quelque chose que j'ignorais totalement. Mon grand-père n'a pas été marié que deux fois, mais trois. Entre la mère de papa qui est morte du typhus et grand-maman, il y a eu tante Odile. Quelqu'un dont j'avais entendu parler, mais que je ne connaissais pas. Et comme tout le monde l'appelle tante Odile, je ne savais pas qu'elle avait été la deuxième femme de grand-papa. Leur mariage a duré trois ans, mais cette femme n'est jamais arrivée à mettre au monde un seul enfant vivant. D'après papa, elle aurait eu cinq bébés mort-nés. » « Et quel âge avait votre père ? » « Trois ou quatre ans. Grand-papa l'a très vite épousée après la mort de sa première femme. C'était la gouvernante des enfants. Il voulait redonner une mère à papa et à mes tantes. Leur liaison était même probablement antérieure à la mort de la mère de papa. »<sup>[80]</sup>

Didier Dumas explique : « Le rêve de Marie-Hélène s'éclairait soudain. Elle découvrait qu'elle était hantée par les terreurs infantiles d'un papa pour qui, l'on s'en doute, cette ribambelle de bébés morts ayant succédé à la disparition de sa mère, n'avait pas été une mince affaire. Elle comprenait pourquoi elle était, à l'encontre de toute

logique, brusquement devenue phobique de l'homme qu'elle avait fait *papa*. » Autrement dit, la cliente de Didier Dumas exprimait par ses symptômes et ses cauchemars un héritage transgénérationnel se rapportant aux événements qui marquèrent la vie enfantine de son père. Une découverte essentielle qui lui permettra d'intégrer la difficulté qu'elle vivait dans son couple.

J'ai souvent pu vérifier l'importance des rêves et des fantasmes pour accéder aux significations des réalités inconscientes de mes clients. Par exemple, le récit des cauchemars d'un enfant venu en consultation m'avait permis de repérer très rapidement la présence d'un deuil non fait. Il m'avait aussi parlé de sa chaînette en or, héritée d'un grand-père, si importante qu'il ne devait jamais s'en séparer. Derrière cet objet cependant, se trouvait un grand-père dont le deuil ne se faisait pas. L'attitude de l'enfant vis-à-vis de cet objet et les fantômes omniprésents dans ses cauchemars traduisait sa position d'héritier d'un deuil non encore intégré par sa mère, et en voie de le devenir pour lui-même. Une fois l'origine de ses cauchemars ainsi démasquée, l'enfant commença à me parler des détails des circonstances du décès et de l'enterrement de son grand-père pour progressivement intégrer ces événements.

### ***Mythologie et introspection***

La mythologie et sa langue symbolique contribuent au développement d'une dialectique avec notre inconscient, facilitant le travail d'intégration. Les contes aussi possèdent cette qualité qui inspire la psyché, qui la vivifie, sans requérir d'y croire ou nécessiter d'explications. Bettelheim soulignait que « l'enfant a besoin de comprendre ce qui se passe dans son être conscient et, grâce à cela, de faire face également à ce qui se passe dans son inconscient. Il peut acquérir cette compréhension (qui l'aidera à lutter contre ses difficultés) non pas en apprenant rationnellement la nature et le contenu de l'inconscient, mais en se familiarisant avec lui, en brochant des rêves éveillés, en élaborant et en ruminant des fantasmes issus de certains éléments du conte qui correspondent aux pressions de son inconscient. En agissant ainsi, l'enfant

transforme en fantasmes le contenu de son inconscient, ce qui lui permet de mieux lui faire face. C'est ici que l'on voit la valeur inégalée du conte de fées : il ouvre de nouvelles dimensions à l'imagination de l'enfant que celui-ci serait incapable de découvrir seul. Et, ce qui est encore plus important, la forme et la structure du conte de fées lui offrent des images qu'il peut incorporer à ses rêves éveillés et qui l'aident à mieux orienter sa vie. »<sup>[81]</sup>

Comme l'enfant, le sujet en soi parle la langue symbolique de la mythologie et des contes. Il comprend intuitivement les messages présents entre les lignes de ces récits. Une langue qui n'a pas d'âge, qui n'a pas non plus d'époque ou de nationalité. Pour Erich Fromm, les rêves et les mythes sont tous écrits dans une même langue symbolique. « Les rêves de l'homme de l'Antiquité ou de l'homme des Temps modernes sont écrits dans la même langue que les mythes dont les auteurs vivaient à l'aurore de l'histoire. [...] C'est la seule langue universelle que la race humaine ait jamais élaborée. Identique pour toutes les civilisations et à travers toute l'histoire. Cette langue possède pour ainsi dire, sa grammaire et sa syntaxe propre : et il faut la comprendre si l'on doit comprendre le sens des mythes, des contes de fées et des rêves. Pourtant l'homme moderne a oublié cette langue. Non pas, il est vrai, lorsqu'il sommeille, mais lorsqu'il veille. »<sup>[82]</sup>

### ***Transformation de soi par la renaissance***

Une des thématiques récurrentes dans cette culture symbolique concerne la mort et la vie, la renaissance et le renouvellement du vivant. Dans sa *Psychanalyse des contes de fées*, Bruno Bettelheim avait déjà repéré le processus de renaissance dans les légendes et les contes. Dans la version des frères Grimm, après avoir été mangées par le méchant loup, le Chaperon Rouge et sa grand-mère sont délivrées par un chasseur qui ouvre le ventre de l'animal avant de le remplir de pierres. Le message du conte est clair, si elles meurent c'est pour renaître. Pour Bruno Bettelheim, « ce qui est certain, c'est qu'elles « renaissent ». La renaissance qui permet d'accéder à un stade supérieur est l'un des leitmotifs d'une

immense variété de conte de fées. Les enfants (et également les adultes) doivent pouvoir croire qu'il leur est possible d'atteindre un stade supérieur d'existence s'ils maîtrisent les étapes du développement qu'il exige. [...] De nombreux adultes, de nos jours, ont tendance à prendre au pied de la lettre les contes de fées, alors qu'ils doivent être considérés comme l'expression symbolique des expériences les plus importantes de la vie. L'enfant comprend cela intuitivement, tout en étant capable de le « savoir » explicitement. L'adulte qui veut rassurer l'enfant en lui disant que le Petit Chaperon Rouge ne meurt pas « vraiment » quand elle est mangée par le loup, peut être sûr de ne pas être pris au sérieux. C'est exactement ce que ressentirait un adulte si on lui disait que Jonas n'était pas vraiment mort dans le ventre du gros poisson. Quiconque entend ce passage de la Bible sait intuitivement que le séjour de Jonas dans les entrailles de la baleine avait un but précis : le faire revenir à la vie sous une forme meilleure. »

La renaissance d'Œdipe dont il sera question dans le prochain chapitre s'inscrit dans une même perspective. Le héros se transforme pour devenir celui qu'il est véritablement - une fois purifié. Le mythe nous montre qu'il ne s'agit pas simplement de se changer, de modifier ses croyances ou ses comportements, mais de faire advenir son véritable soi, ou de naître à soi-même par des prises de conscience et un travail d'intégration. En effet, pour guérir d'un secret de famille, Œdipe a dû mourir à son ancienne vie et renaître, une traversée du désert qui correspond à son cheminement de Thèbes à Colone, où il deviendra un héros, garant de la prospérité.

\*\*\*

## 7. Un modèle holistique

L'analyse des lois de transmission et d'intégration transgénérationnelle que j'ai présentée dans les précédents chapitres aura préparé le lecteur à l'exploration d'une dernière étape.

Pour accéder à une compréhension d'ensemble de l'intégration transgénérationnelle, ce dernier chapitre sera consacré à la présentation d'un profond modèle symbolique. Nous allons le voir, avec son mythe d'Œdipe, Sophocle nous a laissé un extraordinaire modèle d'intégration transgénérationnel qui permet d'articuler les connaissances traditionnelles et modernes.

Ce modèle nous invite à dépasser le seul cadre familial pour tenir compte des transmissions transgénérationnelles plus fondamentales, collectives et culturelles. Celles-ci aussi véhiculent des lacunes d'intégration qui se rejouent dans les relations familiales. Des préceptes religieux par exemple, des croyances collectives ou des interdits, peuvent limiter le potentiel d'intégration de certaines histoires « inavouables ». Ce qui est admis comme immoral dans un groupe spécifique et à une époque particulière, peut engendrer des secrets et s'opposer à la transmission de l'histoire des aïeux.

Ces particularités culturelles sont à prendre en compte dès lors qu'il s'agit de renouer avec le sujet en soi et avec ses origines (symboliques). Car c'est tout le spectre des aliénations qu'il nous faut mettre en lumière pour le contraster avec le sujet inaliénable en soi, sans se limiter aux seules histoires de familles.

Analyser ce qui différencie deux cultures, ou dans cette phase de transition d'une culture à une autre, permet de décrypter ces aliénations qui se transmettent à l'échelle collective. Or justement, Sophocle s'est retrouvé dans cet entre-deux culturel, au cœur de la transition historique à Athènes. Voilà pourquoi la découverte de la trame transgénérationnelle qui sous-tend l'œuvre de Sophocle sur

Œdipe est une découverte majeure. En couchant par écrit certains savoirs auparavant oralement transmis, il s'est fait le transmetteur des connaissances ancestrales sur les liens entre les générations. Tout comme un grand-oncle, ou une grand-mère, peut transmettre l'histoire familiale, Sophocle remplit une même fonction de transmission, mais à l'échelle culturelle.

### ***Sophocle thérapeute traditionnel***

Les grands tragédiens de la Grèce Antique, comme Sophocle, s'inscrivaient dans diverses traditions, initiatiques parfois, qu'ils transposaient dans leurs pièces de théâtre. Ils assumaient une importante fonction, celle d'être les guides de la conscience collective. Leurs œuvres étaient jouées dans d'immenses amphithéâtres où toute la collectivité se retrouvait. Ils y traitaient des événements et des problèmes qui occupaient les esprits de leurs concitoyens. Des questions morales, religieuses, politiques, militaires, tout ce qui agitait les esprits pouvait faire l'objet d'une œuvre théâtrale. D'une certaine manière, le théâtre antique était une modernisation, de plus en plus laïque, des anciens rites et autres cérémonies collectives.

Chaque année les tragédiens étaient jugés sur la qualité de leurs œuvres et la pertinence de leurs messages. Le génie de Sophocle fut couronné à de nombreuses reprises (entre dix-huit et vingt-trois fois selon les sources, finissant deuxième les autres fois). Également nommé à d'importantes fonctions (administrateur du trésor de Délos, général, conseiller en charge de la cité), Sophocle était l'ami et le proche d'autres grands esprits de cette période faste. Ensemble, ils accoucheront d'un nouvel idéal de civilisation, plus démocratique.

Sophocle était autant un homme moderne de son époque qu'un homme respectueux des anciennes traditions notamment celles thérapeutiques. Les innombrables analyses de son œuvre n'insistent généralement pas suffisamment sur le fait qu'il faut inscrire Sophocle dans une lignée d'érudits et d'initiés qui associaient arts de la scène, thérapie, guérison et spiritualité. Cette vision d'ensemble s'est

perdue avec le cloisonnement des disciplines académiques. Il empêche aujourd'hui les hellénistes et les lettrés de mesurer véritablement la portée psychologique et thérapeutique du travail de Sophocle. Et à l'inverse, les psychologues et les psychiatres modernes ne réalisent plus vraiment le formidable potentiel thérapeutique des sagesses de l'Antiquité.

Mais comment pourrions-nous dissocier la personne de Sophocle de toute une culture thérapeutique traditionnelle dont il était un membre actif. Son père et sa famille détenaient déjà le sacerdoce du dieu guérisseur Amynos. Pierre Vidal-Naquet explique que Sophocle était un « homme pieux, membre d'un groupe rendant un culte au héros-médecin, Amynos (le Secourable). »<sup>[83]</sup> Dans une perspective qui synthétise ses multiples qualités, il est aussi possible de dire que Sophocle était un psycho-chamane<sup>[84]</sup> au sommet de son art, médiateur entre les mondes, entre celui traditionnel et celui moderne, entre le visible et l'invisible<sup>[85]</sup>.

### ***Un enseignement caché***

À Athènes, sous prétexte de « réalisme », la tendance à se représenter le monde en fonction des seules apparences s'est progressivement généralisée. À cause de leurs références religieuses, les discours de type symbolique (poétique, mythologiques, etc.) furent remplacés au profit de la raison pure, ou de la seule rationalité. Nietzsche et bien d'autres n'ont pas manqué de souligner à quel point l'humanité avait perdu quelque chose de son essence lors de ce changement de civilisation. Le refoulement et la perte d'une relation au monde plus symbolique entrave aujourd'hui nos potentiels, rend difficile le passage de l'autre côté des apparences, où nos expériences de vie trouvent leurs véritables significations.

L'enseignement de Sophocle n'est pas facile à reconnaître, surtout aujourd'hui que nous avons oublié l'importance des héritages transgénérationnels. À la manière des initiations traditionnelles, son enseignement n'est pas explicite. Il est réservé à qui le découvre entre les lignes d'un récit hermétique, dont l'art consiste à cacher un

message tout en l'exposant de manière flagrante. Pour déchiffrer les messages symboliques, il faut réussir à dépasser les pièges tendus à la raison.

Il s'agit en effet de dépasser les apparences, d'aller au-delà des tabous liés à l'inceste et au parricide pour réaliser à quel point le parcours d'Œdipe reflète les étapes d'un profond travail d'intégration<sup>[86]</sup>. Un mythe qui raconte la transformation d'un symptôme (la peste qui est décrite au début d'*Œdipe-roi*) en un bienfait (la prospérité dont il est question à la fin d'*Œdipe à Colone*).

L'œuvre de Sophocle met en scène un héros victime d'un secret quant à la véritable identité de ses géniteurs et qui, de ce fait, se retrouve dans la pire des situations. Le mythe raconte de quelle manière Œdipe finit par découvrir la vérité. Une révélation qui lui permettra d'intégrer sa tragédie et toute la première partie de sa vie, c'est-à-dire toute la période pendant laquelle il était aliéné par le secret de sa naissance. Dans *Œdipe à Colone*, Sophocle raconte la transformation d'Œdipe, qui peut enfin advenir comme sujet et devenir ce héros de Colone, garant de la prospérité.

Jusqu'à aujourd'hui, aucune des interprétations du destin d'Œdipe (et elles furent nombreuses) n'avait découvert la logique transgénérationnelle qui sert de fil rouge à l'œuvre. Aussi simple que cela puisse paraître, cela s'explique par l'oubli des lois du transgénérationnel qui caractérise notre culture dite moderne. Au contraire, à l'époque de Sophocle la collectivité avait conscience du problème des héritages transgénérationnels, d'abord en invoquant les volontés divines (comme j'en ai présenté des éléments dans le deuxième chapitre), puis en cherchant à s'en émanciper, par exemple en essayant de substituer aux lois non écrites, celles de la cité, c'est-à-dire celles écrites par les hommes.

### ***Restaurer la prospérité originale***

Voyons donc comment Sophocle s'est appuyé sur sa science des lois transgénérationnelles pour écrire son mythe d'Œdipe – considéré comme un des plus grands chefs-d'œuvre du patrimoine antique.

En présentant Œdipe comme victime d'un secret sur l'identité de ses véritables géniteurs, Sophocle montre d'abord les conséquences tragiques d'un tel secret de famille. Avec l'inceste et le parricide le mythe illustre ce qui peut arriver de pire lorsque l'on ne respecte plus la transmission de la vérité dans la filiation. Mais s'il peint le diable sur le mur c'est aussi et surtout pour nous proposer une leçon : comment transformer les pires tragédies en facteurs de transformation et de développement personnel. En effet, le modèle qu'il nous présente est essentiellement guérisseur puisqu'il termine son œuvre avec la garantie d'une prospérité retrouvée.

Dans sa version du mythe d'Œdipe, Sophocle joue sur deux niveaux de conscience. Ce qui passe pour une tragédie, à un certain niveau de conscience, se révèle être une catharsis thérapeutique à un autre niveau de conscience. Pour passer d'un niveau à l'autre, il faut connaître les lois transgénérationnelles, il faut avoir entendu parler de la fameuse *ate*, cette malédiction transgénérationnelle de si mauvaise réputation chez les anciens grecs. Alors seulement pouvons-nous concevoir que la découverte du secret de sa filiation puisse transformer la tragédie en une abréaction libératrice. Autrement dit, la restauration du lien aux origines (grâce au rétablissement de la vérité sur l'identité de ses parents) va lui permettre d'intégrer sa première vie aliénée, celle dans laquelle il se méconnaissait lui-même. Et la transformation de la peste (au début d'*Œdipe-roi*) en prospérité (à la fin d'*Œdipe à Colone*) montre à quel point le propos de Sophocle est thérapeutique : la guérison d'Œdipe s'accompagne de la guérison de toute la communauté.

### ***Un langage métaphorique***

La langue symbolique des mythes (son *Mythos*) est flexible, permettant de nombreuses analogies. Par exemple, la chute et la renaissance dont il est question dans le mythe d'Œdipe correspondent à ces descentes aux enfers que connaissent les stars actuelles du show-business, éventuellement suivies d'une renaissance ou d'une heureuse reconversion. Une métaphore qui

évoque bien sûr aussi tous ces hauts et ces bas qui n'épargnent aucun d'entre nous.

Il faut également comprendre le rapport entre un royaume et son roi comme une métaphore de ce qui se joue entre le corps et l'esprit. Symboliquement, en tant que roi de Thèbes, Œdipe est à la tête d'un royaume comme s'il s'agissait de son propre corps. La quête d'Œdipe pour éradiquer la peste qui ravage son royaume est comparable à celle d'un malade luttant contre un cancer, une dépression ou toute autre maladie psychosomatique.

La thématique centrale de Sophocle, celle de la prospérité, se rapporte au culte de Déméter, déesse de l'agriculture et des moissons, vénérée près d'Athènes, à Eleusis. Le cycle des saisons et des moissons offrait une sorte de modèle de fertilité et de renouvellement de la vie. C'est dans son sanctuaire que se déroulaient les fameuses initiations aux « Mystères d'Eleusis ». Dans ce contexte matriarcal<sup>[87]</sup> (ignorant le lien entre sexualité et naissance, privé d'une représentation d'un « père »), le thème oedipien existait déjà sous la forme d'un enfant-fils de la déesse qui, à chaque nouvelle saison, devait féconder sa mère la Terre pour assurer le renouvellement de la vie. Sous cet ancien régime matriarcal, l'inceste divin était « naturel » et les figures de pères inexistantes parce que n'étant pas encore reconnus dans leurs fonctions de reproduction.

L'œuvre de Sophocle<sup>[88]</sup> sur Œdipe aborde toutes ces thématiques. Elle commence avec une terrible épidémie de peste qui décime à la fois l'agriculture, les animaux et les humains<sup>[89]</sup>. Mais à l'autre bout du périple d'Œdipe, c'est une garantie de prospérité qui va ponctuer l'œuvre. Entre ces deux extrêmes, Sophocle nous raconte la transformation d'Œdipe, ou sa renaissance.

Enfin, les thématiques du parricide et de l'inceste ne devraient surtout pas être réduites à d'horribles passages à l'acte, comme s'il s'agissait d'une histoire véritable. Une telle lecture nous empêcherait d'aller derrière les apparences. Il s'agit au contraire de se maintenir dans la dimension symbolique propre au mythe et d'essayer de voir,

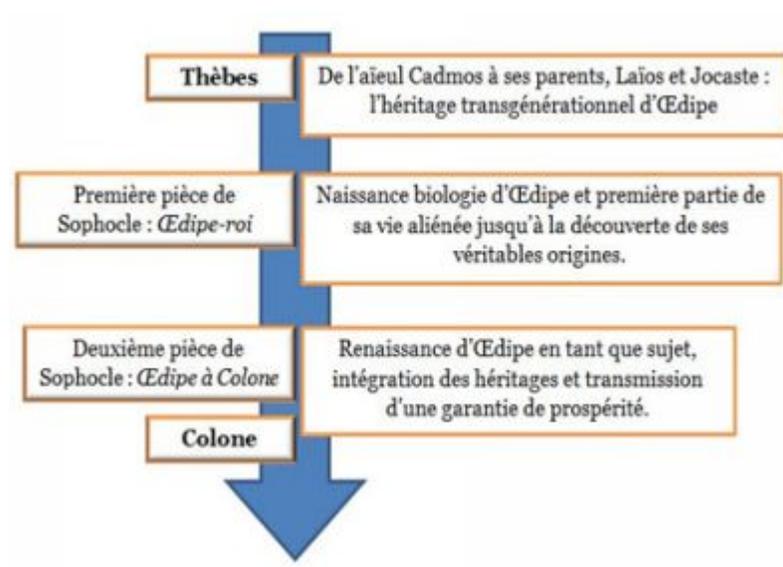
au-delà du piège qui est ici tendu à la raison, de quoi il retourne exactement.

Une fois que l'on dépasse cette tendance à dramatiser le récit, on s'aperçoit bien vite qu'il s'agit d'une métaphore de ce retour à la Terre-Mère et d'un rituel de passage du monde de l'enfance au monde des adultes, une thématique fondamentale dans les traditions du monde entier. En se focalisant sur la thématique de la transgression des tabous Freud a réduit l'histoire d'Œdipe pour la dramatiser, selon une projection typiquement patriarcale<sup>[90]</sup>. D'une certaine manière, son analyse bute sur le premier écueil d'un enseignement traditionnel. Or celui-ci se mérite, et ne se révèle qu'à la condition de déjouer les pièges tendus aux esprits qui ne respectent pas la nature symbolique du mythe. Car, nous le verrons, le retour dans la Terre-Mère, représenté dans le mythe d'Œdipe par les retrouvailles avec Jocaste, est un passage obligé pour Œdipe afin d'advenir sujet, pour se libérer de ses aliénations transgénérationnelles.

### ***De l'aliénation à la naissance du sujet***

Il y a de nombreuses manières de mettre en évidence la trame transgénérationnelle<sup>[91]</sup> qui sous-tend l'œuvre de Sophocle. Pour en résumer l'essentiel, je propose de suivre les étapes significatives du parcours d'Œdipe, de Thèbes jusqu'à Colone. Repérons déjà ces deux grandes périodes : la première vie d'Œdipe lorsqu'il était roi de Thèbes (et qu'il méconnaissant l'identité de ses parents) et sa deuxième vie qui le voit intégrer ses origines pour advenir en tant que sujet.

## *Préhistoire, naissance biologique et naissance du sujet*



### **La peste à Thèbes**

Au début du mythe d'Œdipe, la peste est le symptôme qui motive la quête du héros. Sophocle décrit les ravages de la peste : « La mort frappe dans les germes où se forment les fruits de son sol, la mort frappe dans ses troupeaux de bœufs, dans ses femmes, qui n'enfantent plus la vie. » Comme un client qui vient en consultation pour parler d'un problème qu'il souhaite résoudre, Œdipe veut sauver son royaume de la peste, « coûte que coûte » ! L'œuvre de Sophocle commence donc par une situation similaire à celle d'une personne qui vient consulter pour guérir, comprendre une situation ou résoudre un problème.

En réponse à sa demande, Sophocle annonce la couleur par le biais d'une prédiction de Tirésias : « ce jour te verra naître et mourir à la fois ». Là aussi, nous pouvons tirer un parallèle avec un travail sur l'inconscient qui, lorsqu'il est approfondi, peut conduire à de profonds changements. La psychologie des profondeurs partage

avec ces anciennes initiations cette idée d'une transformation fondamentale de la personne (nous sommes ici aux antipodes d'une médicalisation et normalisation qui ne sollicite pas le potentiel du « malade »). La psychologie des profondeurs reconnaît, avec Sophocle, que les symptômes ont pour mission de réveiller le sujet en soi (inconscient). Au lieu de simplement vouloir supprimer les symptômes, ce sont eux qui servent de moteurs et de boussole vers une meilleure connaissance de soi.

### ***Des deuils non faits à l'origine de la peste***

Comme on consulte aujourd'hui un spécialiste de l'inconscient, c'étaient les services de l'oracle ou d'un devin que l'on recherchait à l'époque. Ainsi, Œdipe consulte Tirésias qui lui explique que pour sauver la cité il faut éclaircir les circonstances de la mort du précédent roi de Thèbes, Laïos, et retrouver le responsable. L'association entre un deuil non fait (la disparition mystérieuse de Laïos) et le non renouvellement de la vie (la peste) est ici au cœur de la problématique. En effet, tant que les circonstances de la mort du précédent roi ne sont pas clarifiées, le deuil ne saurait se faire, une situation qui empêche le renouvellement de la vie. Il s'agit là des conséquences du non-respect d'une loi ancienne d'accorder des funérailles aux morts pour que la paix règne chez les vivants. Ici, encore, l'oracle est à l'image de ce qu'un analyste transgénérationnel pourrait suggérer : décrypter l'éventuelle présence d'un deuil non fait, qui serait à l'origine de tels symptômes.

La pièce *Œdipe-roi* raconte le déroulement de l'enquête que mène Œdipe pour reconstituer les circonstances de la disparition de Laïos. Œdipe doit clarifier une histoire antérieure à son arrivée à Thèbes, mais dont il aura inconsciemment hérité la charge lorsqu'il fut élu roi de Thèbes. Aujourd'hui aussi, lors d'une analyse transgénérationnelle, il s'agit de restaurer le manque de transmission d'une préhistoire qui continue à influencer le présent.

Les recherches d'Œdipe lui permettent de découvrir que Polybe et Merope, roi et reine de Corinthe, ne sont pas ses véritables parents comme il le pensait jusqu'ici. Stériles, ils avaient

secrètement décidé de l'adopter après qu'un berger l'avait ramené du Mont Cithéron.

En plus de la découverte de son adoption secrète, l'enquête qu'il mène pour découvrir les circonstances exactes de la mort du précédent roi de Thèbes lui réserve encore d'autres surprises. Le témoignage d'un serviteur rescapé et ses propres souvenirs l'obligent à reconnaître que c'est lui-même qui a tué Laïos dans un combat de légitime défense. Avant qu'il n'arrive à Thèbes, un inconnu l'avait provoqué et de la lutte qui s'était engagée, il en était sorti vainqueur tandis que son assaillant succombait. Mais la pire des découvertes est encore à venir. En effet, ce même serviteur explique qu'en réalité Laïos était son père et qu'avec Jocaste, sa mère, ils avaient décidé, trois jours après sa naissance, de le livrer aux bêtes sauvages du Mont Cithéron, pendu par les pieds. C'est là que le berger de Corinthe l'avait sauvé puis apporté à Polybe et Mérope qui l'avaient adopté.

Toute cette enquête correspond assez bien aux cheminements que sont parfois amenés à faire celles et ceux qui clarifient leur arbre de famille. Le mythe raconte aussi très bien les résistances qu'il s'agit de surmonter pour accéder à la « vérité », à l'instar de Jocaste qui tente de dissuader Œdipe à poursuivre son enquête.

Le travail d'intégration transgénérationnelle ne porte pas forcément sur des secrets qui concernent directement la personne. Il s'agit parfois de l'identité cachée d'un membre de la famille, un frère supposé par exemple, ce qui peut expliquer des relations perturbées, des malentendus, dans les dynamiques familiales. Mais très souvent nous trouvons des deuils non faits, qui, par exemple, nous permettent de comprendre pourquoi des mères furent incapables de prodiguer tendresse et affection à leurs enfants.

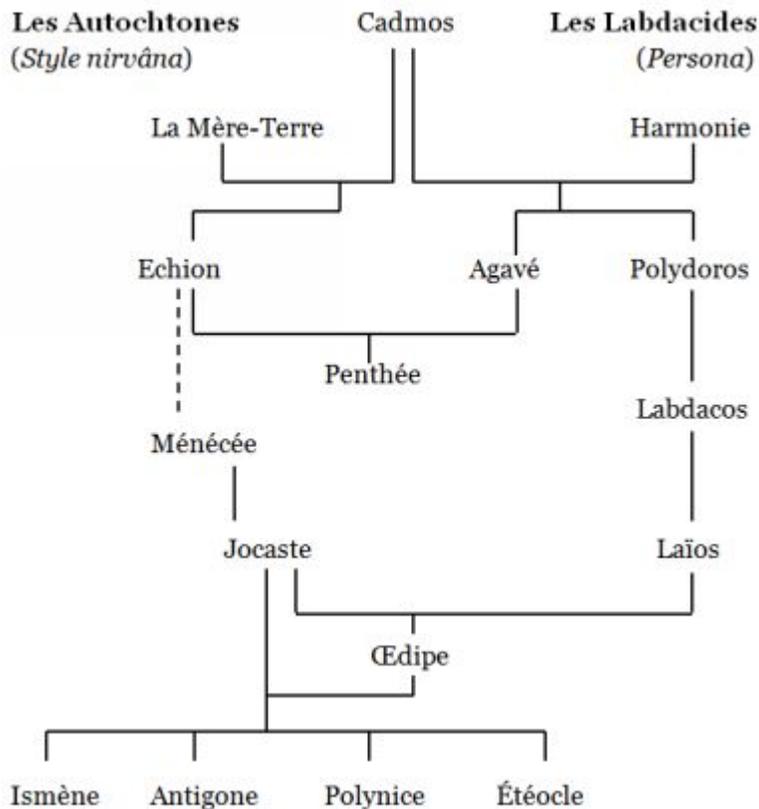
### ***L'histoire non intégrée de Penthée***

Dans la lignée des Labdacides (la famille d'Œdipe), il n'y a pas que le deuil non fait de Laïos. Lorsque l'on se penche sur l'histoire de Thèbes, un autre destin tragique retient notre attention. Celui du

roi Penthée, qui fût le premier à succéder au fondateur de la cité, Cadmos. Penthée est l'arrière-grand-père maternel d'Œdipe.

La mort de Penthée est tragique puisqu'il fut tué par sa propre mère alors qu'elle célébrait les fameuses Bacchantales sur le Mont Cithéron. En transe, elle avait cru voir un lion et elle s'était jetée sur lui pour le déchiqueter à mains nues. Lorsqu'elle reprit ses esprits et qu'elle découvrit ce qu'elle avait fait, la malheureuse resta inconsolable. Cet infanticide ne sera pas intégré par les Thébains. Et lorsque ses parents décident de le faire pendre par les pieds sur le même Mont Cithéron, à la merci des bêtes sauvages, Œdipe failli connaître le même sort que son ancêtre. L'infanticide c'est presque répété, au même endroit. Mais Œdipe s'en sort, miraculeusement, tout comme il survivra à toutes les épreuves qui jalonnent sa route pour finir en héros.

### *Les deux descendance de Cadmos*



L'histoire non intégrée de la mort de Penthée c'est donc presque répétée quelques générations plus tard avec Œdipe. À défaut d'avoir fait le deuil de ce premier infanticide, c'est le fantôme de Penthée que les Thébains projettent sur Œdipe et qu'ils remettent sur le trône lorsqu'ils le couronnent - sans savoir ni qui il est, ni d'où il vient. Mais quand on découvre sa véritable identité, Œdipe ne peut plus être pris pour un autre (Penthée). Il perd cette fonction de remplacement et devient un bouc émissaire, porteur des lacunes d'intégration de toute la collectivité. Voilà pourquoi, dans *Œdipe à Colone*, même si les Thébains cherchent à récupérer les bénédictions de leur ancien roi, ils n'en sont pas dignes tant qu'ils n'auront pas fait leurs deuils. Au contraire, les Athéniens qui lui offrirent l'hospitalité (Colone étant une bourgade d'Athènes) méritent de recevoir ce secret qui leur garantira la prospérité.

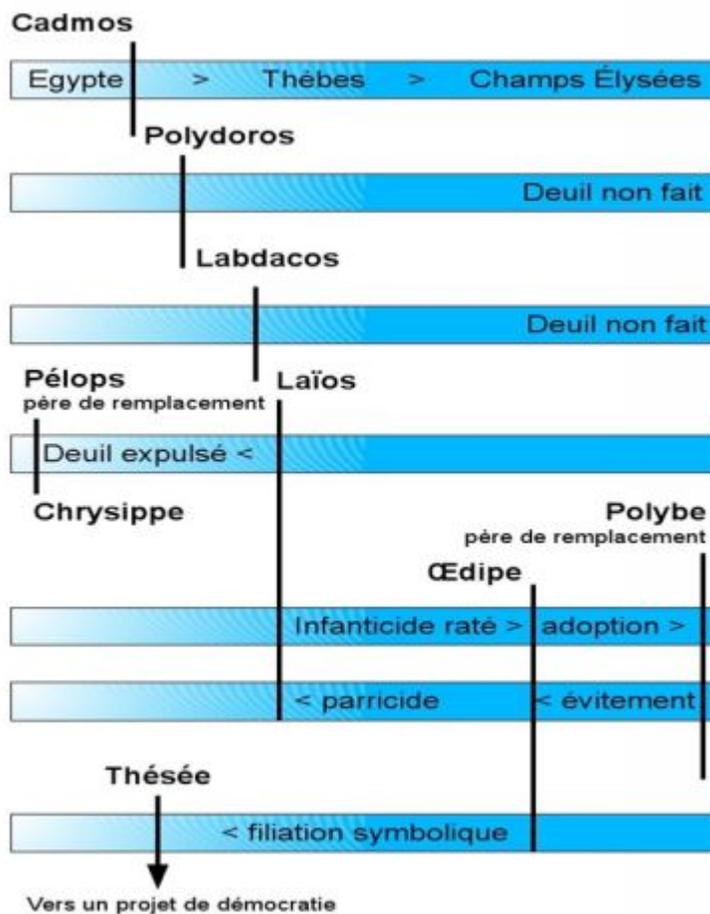
### ***Les symptômes dans la lignée des Labdacides***

Tous les descendants de Cadmos seront aliénés par l'impossibilité chez les femmes de faire le deuil de Penthée. Un héritage qui culmine avec l'histoire tragique d'Antigone<sup>[92]</sup>. Ce deuil non fait dans la lignée des femmes va se répercuter sur la capacité des fils à faire le deuil de leurs pères. Car en effet, il existe un problème récurrent dans la lignée des Labdacides : la disparition prématurée des pères et leurs deuils rendus impossible pour leurs fils. Didier Dumas analyse cette répétition qui va jusqu'à Laïos : « son enfance a été, comme celle du jeune Louis XIV, marquée par de sanglantes luttes de succession qui l'on obligé à fuir Thèbes. Sur les trois générations qui le précèdent, l'histoire de sa famille paternelle est marquée par la disparition tragique des pères. Son père, le roi Labdacos (le « Boiteux »), est décédé alors qu'il était encore enfant. Labdacos était lui-même orphelin de père [...]"<sup>[93]</sup> Ces deuils non faits sur plusieurs générations produisent un nouveau symptôme : la stérilité de Laïos. Seule la prédiction d'un fils parricide contrebalancera sa stérilité, pour son propre malheur et pour celui de sa maison. Dans ces conditions, nous comprenons

mieux la nature des manques d'intégration dont Œdipe hérite avant même d'être conçu !

Un point encore qui montre de quelle manière la lignée des Labdacides est chargée de symptômes qui se transmettent sur plusieurs générations. Après avoir été pendu par les pieds, et parce qu'il avait des pieds enflés, on lui donna le nom d'Œdipe qui signifie « pieds enflés » en grec. Or l'on retrouve aussi un problème aux pieds chez ses ancêtres puisque Labdacos était boiteux et que Laïos était dit « gauche, maladroit, conservant difficilement son équilibre ». Ces symptômes évoquent un douloureux rapport à Terre-Mère, qui, dans cette famille, souffre d'un deuil impossible à faire depuis l'infanticide d'Agavé.

### *La lignée des Labdacides*



Il faut encore mentionner une autre tragédie (elles ne manquent pas) qui engendrera elle aussi son fantôme. Cette fois c'est Laïos qui charge son âme d'une action coupable. Il avait abusé du fils de son hôte, le jeune Chrysippe, qui préféra le suicide à la honte. Son père, le roi Pélopes, lança alors une malédiction (*até*) sur Laïos. C'est là une des causes, invoquée par certains analystes, qui condamne Laïos à périr de la main de son propre fils.

### ***Les dettes de Laïos et de Jocaste***

Toutes ces histoires non terminées sont héritées par Œdipe à la naissance. Du côté de sa mère Jocaste, Œdipe hérite de l'infanticide d'Agavé et du deuil non fait de Penthée, un héritage qui se propage jusqu'à Antigone. Par son père, Œdipe hérite d'une problématique de non rapport entre les pères et les fils, des deuils non aits des pères par des fils trop jeunes, d'un problème aux pieds (et à la Mère-terre), et de la malédiction qui frappe son père Laïos pour ses actions fautives.

Cet héritage est d'autant plus inconscient qu'Œdipe est victime d'un secret sur la véritable identité de ses parents. À la manière du *style nirvâna*, il rejoue toutes ces histoires non intégrées et lorsqu'il se découvre parricide et incestueux, toute l'étendue de son aliénation apparaît d'un seul coup. Cependant, parallèlement à la crise, une autre dynamique peut prendre le relai, celle qui va conduire à sa renaissance en tant que sujet.

### ***Une vérité qui change tout***

Avec la révélation de la vérité sur ses origines, deux réalités se superposent. D'une part, même s'il n'en avait pas conscience, Œdipe a transgressé les tabous du parricide et de l'inceste. Une conduite coupable, raison pour laquelle il se crève lui-même les yeux. À quoi pourraient-ils lui servir, dit-il, puisque malgré ses bonnes résolutions il se laissa tromper par les apparences.

Mais simultanément, Œdipe prend donc conscience de ses véritables origines. Malgré la tragédie, et même grâce à elle, il a pu

découvrir le secret qui l'aliénait et dont il était une victime inconsciente depuis sa naissance. Parce qu'elle va lui permettre de renouer avec ses origines et donc de les intégrer, cette deuxième réalité prendra peu à peu le pas sur la première. En effet, dès lors qu'il les reconnaît comme son propre héritage transgénérationnel, il va pouvoir intégrer les histoires non terminées de ses aïeux. Autrement dit, tant qu'il restait aliéné par le secret de ses origines, impossible pour lui d'advenir sujet. En revanche, la nouvelle conscience de ses origines lui permet d'intégrer sa préhistoire. C'est un même processus qui s'engage lorsqu'une analyse transgénérationnelle révèle l'envers du décor, la face cachée de nos ancêtres. Si la désillusion est assurée, comme lors des fameuses « crises d'adolescence », c'est néanmoins un passage obligé vers plus de conscience et vers soi-même.

Pour Œdipe ce passage est synonyme de renaissance. Celle-ci confère à la transgression des tabous une toute autre signification. Dans cette nouvelle perspective, il pourra différencier la première partie de sa vie, aliénée, de celle qui est dorénavant la sienne. Pareillement, lorsqu'une personne découvre avoir été victime d'un secret de famille, elle peut comprendre sous un tout autre angle sa propre histoire. C'est alors l'occasion de reconsidérer des relations et des événements sous un nouveau jour, de faire la paix avec l'histoire et de l'intégrer, pour repartir sur de nouvelles bases, plus solides.

### ***Un processus de renaissance***

Dans la deuxième pièce, *Œdipe à Colone*, Sophocle nous montre la progression de ce travail d'intégration. Face à la plus dramatique des situations qu'il soit possible d'imaginer pour un homme, Œdipe peut compter sur cette conscience augmentée qu'il a dorénavant acquise. Celle-ci rétablit la relation au sujet en lui, jusqu'ici pervertie par l'effet du secret. Fort de cette nouvelle ressource, il peut alors intégrer une histoire qui sans cela paraîtrait impossible à surmonter. Ici, encore, un important enseignement traditionnel se retrouve dans l'œuvre de Sophocle : dès lors qu'elle

élargit la conscience, l'accès à la vérité permet d'intégrer des situations a priori insupportables. Cela est dû au fait qu'une telle prise de conscience rétablit un lien aux origines, lieu d'émergence du sujet en soi et de tout son potentiel de résilience. Cet enseignement correspond en tout point à cette célèbre phrase de Pindare : « deviens qui tu es, si tu le découvres ».

### ***Bénéfice du travail d'intégration***

Dans *Œdipe à Colone*, Sophocle raconte comment Œdipe obtient l'hospitalité de Thésée, ce qui lui permet de renouer avec la collectivité. Là aussi Sophocle nous indique l'importance du rôle de Thésée qui reconnaît le sujet en Œdipe - derrière sa (très) mauvaise réputation. Thésée perçoit chez Œdipe cette part d'humanité qui fait écho à la sienne, ce sujet qui demande à advenir. Comme il a lui aussi connu l'exil, Thésée sait que nul ne peut prédire de son destin. Cette noble attitude de Thésée correspond aux idéaux de la nouvelle civilisation qui cherche à naître à Athènes. C'est une belle leçon que Sophocle nous laisse quant à cette attitude de Thésée face à Œdipe, celle d'un herméneute capable de reconnaître la part du sujet chez l'autre, au-delà de toutes les étiquettes et autres jugements. Les bénéfices sont thérapeutiques pour Œdipe, et pour ceux capable d'accueillir ainsi autrui (l'étranger) les retombées seront incommensurables.

À partir de cet instant, qui voit Thésée offrir l'hospitalité à Œdipe, l'histoire opère une sorte de compte à rebours. Le scénario du rejet parental, répété avec son expulsion de Thèbes, cède la place à la réintégration sociale. Impossible ici de ne pas penser à ces rituels de passage, qui voyaient les enfants passer par des grottes et par l'obscurité (aveuglement) avant d'être à nouveau réintégrés dans la collectivité<sup>[94]</sup>, à titre d'adulte.

En échange de sa généreuse hospitalité, Œdipe annonce à Thésée qu'il lui lèguera un secret qui garantira la prospérité de son royaume. Cette transmission est le fruit de l'intégration par Œdipe de ses héritages transgénérationnels. Elle met fin à la succession des tragédies. En survivant à ses aliénations, après avoir traversé les

épreuves les plus inhumaines, Œdipe les transforme en une source de bienfaits (les symptômes en symboles). Le message qu'il transmet à Thésée est à l'inverse de ce que lui-même aura reçu de ses parents. Mais comme il est précisé à la fin du récit, il ne faut pas oublier Œdipe au risque de perdre la garantie de prospérité. Là aussi, nous comprenons que Sophocle est resté fidèle aux anciennes traditions du culte des ancêtres, dont la célébration assurait la prospérité des descendants.

### ***Le retour en grâce***

Après avoir été une victime de ses aliénations transgénérationnelles, dès lors qu'il a su les intégrer, Œdipe regagne la faveur des dieux. Ismène le dit en ces termes : « Les dieux te relèvent après t'avoir anéanti. » Pierre Vidal-Naquet souligne l'intérêt de ce type de renversement dans la pensée de Sophocle : « Là même où, par un retournement génial, Sophocle a dépeint non la séparation, mais le retour, dans le *Philoctète* et dans *l'Œdipe à Colone*, tragédie de l'héroïsation à Athènes du vieillard exilé de Thèbes, il faut que la séparation ait eu lieu ».

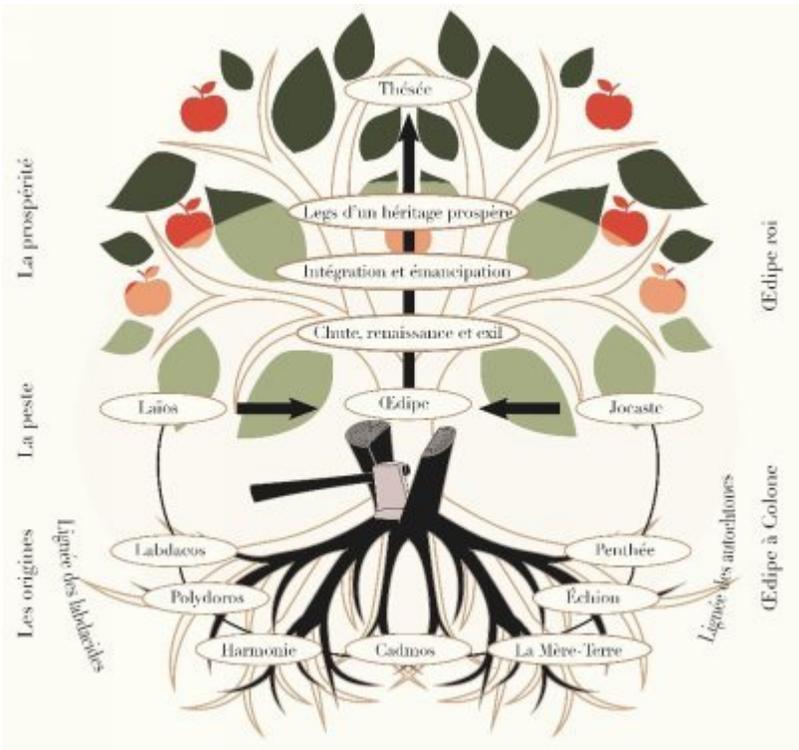
Œdipe explique : « c'est donc quand je ne suis plus rien que je deviens vraiment un homme ». N'être plus rien signifie ici ne plus jouer de rôle, tomber le masque de la *persona* qui tente de se défendre de ses aliénations. Alors seulement le véritable soi peut être - ou advenir. Un tel message rejoint bon nombre de traditions anciennes et même modernes, en thérapie comme en développement personnel. Ce retour en grâce auprès des dieux n'est rien d'autre que le rétablissement du rapport aux origines (divines), si important dans toutes les cultures traditionnelles. Dans le fond, ne sommes-nous pas comme les feuilles d'un arbre, enracinés dans la terre et portés vers le ciel, comme liés aux origines ?

### ***Perspective d'ensemble***

Cette vue d'ensemble nous montre que le modèle de Sophocle est plus riche d'enseignements que ne pourrait l'être de simples exemples de thérapies familiales. Car en plus des héritages transgénérationnels familiaux, Œdipe avait dû s'émanciper de cette fonction de bouc émissaire qui servait la nécessité transférentielle de toute une collectivité en souffrance du deuil non fait de Penthée. Il fallait donc passer des Thébains aux Athéniens pour qu'Œdipe finisse d'intégrer sa préhistoire et pour qu'il puisse enfin renouer avec les origines, ou retrouver la grâce des dieux, ce qui revient au même.

Avec la peste, Sophocle souligne les conséquences pour une cité d'avoir un roi aliéné par ses héritages transgénérationnels et qui ne connaît pas ses origines. Traditionnellement en effet, le roi est responsable du fonctionnement de son royaume. Si son gouvernement est juste et légitime, en accord avec les dieux et avec la terre, la cité sera prospère. À l'inverse, il est interpellé par la collectivité en cas de dysfonctionnement. Ce rapport de responsabilité entre le roi et le destin de son royaume n'est pas juste une conception grecque puisque, par exemple en Egypte ancienne, le pharaon devait respecter les lois invisibles de la vie pour garantir le bon équilibre de son royaume. Pour encore mieux souligner l'importance d'un rapport vivant aux origines, non perverti par la méconnaissance de soi, Sophocle contraste l'épidémie de peste avec cette garantie de prospérité qui achève sa dernière pièce.

### *Tableau général*



### **Guérir l'arbre et renouer avec la prospérité**

Dans mon livre *Sophocle thérapeute*<sup>[95]</sup> j'analyse de manière plus détaillée les éléments qui montrent à quel point Sophocle renouvelle une très ancienne tradition égyptienne. Elle trouve son origine avec Thot-Hermès, passe par Hermès Trismégiste puis Asclépios et jusqu'à Sophocle.

Cette tradition herméneutique<sup>[96]</sup> était représentée à l'époque de Sophocle par le dieu guérisseur Asclépios, dont le sanctuaire à Epidaure était réputé pour ses cures et guérisons. Des découvertes archéologiques laissent penser que Sophocle fut lui-même un prêtre d'Asclépios. Ceci explique pourquoi il eût l'insigne honneur d'héberger la statue du dieu guérisseur en attendant l'achèvement du temple dédié à Athènes. Lorsque l'on sait l'importance de ces pratiques traditionnelles, on ne peut qu'être surpris de constater à quel point l'ancrage de Sophocle dans les traditions thérapeutiques n'avait, jusqu'ici, pas été pris en compte dans les analyses de son œuvre.

Mes recherches sur la structure transgénérationnelle sous-jacente au mythe d'Œdipe n'a donc pas manqué de me rapprocher de cette importante tradition. Force fût de constater que de nombreuses disciplines sont elles aussi redevables à l'herméneutique. Même si elle tient compte de l'inconscient (alors que d'autres approches ne cernent toujours pas cette réalité) la psychanalyse est coupable d'avoir fait l'économie de sa préhistoire. Elle ne s'est pas inscrite dans le prolongement des anciennes connaissances. Voilà aussi sans doute pourquoi elle reste tributaire d'une culture moderne qui a oublié les lois transgénérationnelles. Il était donc temps de reprendre de fond en comble l'interprétation du mythe d'Œdipe pour, au lieu d'agrandir le fossé entre modernité et tradition, rétablir la filiation des connaissances et permettre leurs renouvellements dans une perspective plus large, celle d'une nouvelle psychologie des profondeurs.

Fidèle aux anciens enseignements, la garantie de la prospérité qu'Œdipe lègue à Thésée correspond à la restauration de l'unité fertile originaire. Le travail d'intégration des héritages transgénérationnels permet de renouer avec la source fertile, ce qui s'observe à l'extérieur par la transformation de la peste en une symbolique fertile.

### ***Du symptôme au symbole***

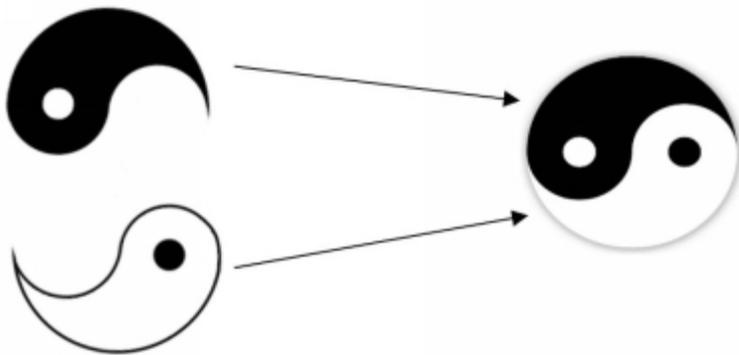
Le parcours d'Œdipe illustre très bien cette transformation des symptômes en symboles que j'ai déjà plusieurs fois mentionné. En effet, le travail d'intégration se situe entre deux pôles : d'un côté une situation de départ qui interroge et pose problème (la peste) et, de l'autre, sa symbolisation, synonyme d'un apprentissage achevé transmissible (la garantie de la prospérité). Ces deux pôles définissent un espace de travail, le champ d'un possible développement personnel. Un espace qui voit grandir le sujet en soi au fur et à mesure qu'il intègre son vécu, qu'il réécrit son histoire et qu'il s'enracine dans le présent.

Cette perspective s'accorde avec les définitions étymologiques des mots « symptôme » et « symbole ». En effet, ceux-ci sont

composés de deux parties ; la première, « sym » est identique alors que la seconde les différencie. La signification de la première partie (sun) désigne l'action de faire coïncider des événements ou de rassembler des objets. La seconde partie, pour sa part, signifie deux façons opposées de faire ce rassemblement. Dans le mot symptôme, « pipto » signifie une action involontaire alors que « ballo », pour symbole, définit une action volontaire.

Un symptôme, par exemple une phobie des souris, associe la peur à la vue du petit animal, une association qui opère de manière involontaire, c'est-à-dire symptomatique.

Au contraire, les éléments volontairement assemblés confèrent au symbole sa richesse d'ensemble, son opérativité. Agir à loisir sur les parties d'un tout, en les rassemblant ou en les séparant, c'est donc faire preuve d'une symbolique opérante : par exemple avec des pendentifs en forme de deux demi-cœurs que les amoureux se partagent et qui, comme d'autres objets dans les temps ancestraux, désignent les liens unissant deux personnes, deux familles ou deux clans. Le Tao, qui représente l'union du « Ying » et du « Yang », est le symbole par excellence de la transcendance fertile et créatrice d'une rencontre entre le masculin et le féminin, l'unité des pôles complémentaires.



À l'opposé du travail d'intégration, il est intéressant de relever que le mot « diabolique » désigne pour sa part l'action volontaire de dissocier les éléments. Contrairement à « sun » qui signifie le rassemblement, « dia » signifie la désunion, le fait de faire obstacle et de séparer les éléments. Les secrets, non-dits et autres déformations ou manipulations de la réalité sont, littéralement, des actions « diaboliques » parfois inconsciemment employées, parfois

de manière consciente et perverse, que le travail d'intégration cherchera à surmonter. Pour Didier Dumas, répétons-le, l'absence de parole dans les transmissions est une source d'aliénations transgénérationnelle. Ces manques de parole et de symbolisation agissent au contraire d'une fonction edificatrice et, de ce fait, aliènent les futures générations. Les « fautifs » seraient ceux qui refusent de parler, d'ouvrir leurs cœurs, qui ainsi cultivent ce « passé non passé » et le transmettent à leurs proches. Ils dissocient les sentiments éprouvés (refoulés ou déniés) des discours qui devraient les accompagner. Ce manque de cohérence et d'authenticité caractérise les relations névrotiques et, plus gravement, perverses.

### ***Revenir à soi***

Le modèle de Sophocle montre qu'il ne faudrait pas analyser les héritages transgénérationnels sans tenir compte d'un sujet qui, derrière ses aliénations, cherche à advenir.

Nous sommes donc en présence de deux mouvements complémentaires : d'une part un travail de mise à jour de nos héritages inconscients (qui peut se faire par exemple en travaillant sur son arbre généalogique), et d'autre part, une meilleure connaissance de soi, œuvrant de concert pour intégrer nos racines. Dans les deux cas, il s'agit de renouer avec des origines, non pas celles historiques, mais celles symboliques. Dans la mesure où les dieux sont à l'origine de toutes choses, lorsqu'il est dit qu'Œdipe retrouve la grâce des dieux, dans le langage de l'époque, cela signifie qu'il a renoué avec la source, l'unité fertile.

La traversée que propose Sophocle, de Thèbes à Colone reflète un cheminement intérieur, initiatique, qui conduit le héros à revenir vers lui-même. Celui qu'Œdipe recherchait au début de son enquête, il a fini par le trouver : lui-même. Même si la démonstration est quelque peu ironique, le message véhicule une profonde sagesse. Elle nous indique à quel point nous sommes nous-même partie prenante du monde, et que le fossé supposé entre l'extérieur et l'intérieur pourrait n'être qu'une illusion. L'objet d'une quête de connaissance ne se trouve donc pas quelque part au bout d'un

cheminement, au terme d'un développement personnel, puisqu'il est présent dès le départ : soi-même.

Même si nous n'en avons pas conscience, le sujet en soi se trouve à chaque instant présent. C'est aussi à partir de là, dans l'instant présent, que le sujet advient. Eckhart Tollé<sup>[97]</sup> compare l'homme qui s'interroge sur ce que pourrait bien être cet instant présent à un poisson qui s'inquièterait de ne pas réussir à prendre conscience de l'eau dans laquelle il vit.

Cette présence à soi-même est immanente, mais nous l'avons oubliée en même temps que nous sommes devenus étranger à nous-même - aliéné. Une ancienne légende résume très bien la situation : pour punir l'homme de ses abus, les dieux décidèrent de cacher sa part de divinité là où il ne pensera jamais à la chercher, au plus profond de lui-même.

\*\*\*

## 8. Deviens qui tu es, si tu le découvres

Comme je l'expliquais dans le chapitre d'introduction, nous ne sommes pas juste le résultat du passé, le simple fruit de notre arbre de famille. Il serait bien trop réducteur de définir une personne en fonction de son hérédité, aussi importante que puisse être son influence dans sa vie – les exemples de thérapies en témoignent.

Comme nous l'avons vu, les héritages transgénérationnels perpétuent les histoires non intégrées de nos ancêtres. Mais cette dépendance à l'égard du passé est relative. Elle dépend de notre attitude, passive ou active, et de notre faculté à les intégrer et ainsi à faire primer le présent sur le passé. Comme le modèle de Sophocle le montre, en cherchant à découvrir le sens derrière les symptômes il est possible de décrypter des secrets de familles ainsi que les héritages transgénérationnels qui nous aliènent. Certes la découverte de la vérité peut être tragique à un certain niveau, mais à un autre niveau, plus essentiel, c'est un passage obligé pour renouer avec de nouvelles ressources : l'aptitude à intégrer sa préhistoire en tant que sujet. Devenir qui nous sommes, comme Œdipe, est un processus qui peut transformer les tragédies en catharsis guérisseuses.

Avec Œdipe, Sophocle illustre parfaitement la célèbre formule de Pindare, poète grec du 5<sup>ème</sup> siècle avant notre ère : « deviens qui tu es, si tu le découvres ». Dans le contexte traditionnel de l'époque, il s'agissait en effet de trouver sa juste place dans la généalogie, de découvrir qui l'on est en fonction de nos origines. Une démarche qui suppose d'être actif dans cette nécessité à se réapproprier l'histoire de sa filiation selon la formule de Goethe : « ce que tu as hérité de tes ancêtres, acquiert-le pour le posséder ». Comme nous l'avons analysé, c'est le sujet en soi qui peut intégrer ses origines en même temps qu'il advient. Il devient alors ce qu'il a toujours été – sans le savoir jusqu'ici. « C'est lorsque je ne suis plus

rien que je deviens un homme » s'exclame Œdipe lorsqu'il retrouve la paix intérieure.

### ***Une herméneutique du sujet***

Que faudrait-il pour que ce sujet puisse advenir ? Là encore Sophocle nous donne des éléments de réponses : c'est l'hospitalité que Thésée offre à Œdipe qui va faire la différence. Thésée remplit ici le rôle du thérapeute, capable d'empathie envers le sujet qu'il reconnaît en Œdipe. Si l'ancien roi de Thèbes trouve à Colone une nouvelle terre d'asile c'est aussi parce que Sophocle veut montrer les bénéfices pour une cité d'accueillir l'autre en tant que sujet, de lui donner une chance d'advenir<sup>[98]</sup>. Cette attitude est elle-même le fait d'une cité habitée par des sujets, des êtres qui pensent par eux-mêmes, capables d'exercer leurs nouveaux droits démocratiques. Une situation inverse de ce qui se passe à Thèbes où personne ne remplit une telle fonction.

En retrouvant une place parmi les hommes, autant par l'accueil de Thésée que par la grâce que lui accordent les dieux, Œdipe peut finir d'intégrer sa préhistoire. Fort d'un savoir acquis de haute lutte, il peut maintenant transmettre un héritage positif, à l'instar des bienfaits qu'un ancêtre destine à ses descendants.

Dans le modèle que nous propose Sophocle, le rôle de Thésée est donc essentiel. Derrière son horrible réputation, Thésée en effet reconnaît chez Œdipe ce sujet qui réclame d'advenir pour achever d'intégrer sa préhistoire. Thésée remplit ici la fonction d'un herméneute <sup>[99]</sup>, celui qui voit derrière les apparences, permettant à ce qui ne se montre pas en première instance d'advenir.

### ***Tout est là, derrière les apparences.***

L'herméneute sait interpréter les apparences, comme Tirésias qui, au début d'*Œdipe-roi*, voit le sens et l'origine de la peste qui décime Thèbes. Il accède à la signification cachée derrière les symptômes.

En thérapie aussi il s'agit de reconnaître ce qui se trouve derrière un premier niveau de perception. Voici un nouvel exemple d'analyse transgénérationnelle qui illustre de quelle manière les difficultés vécues dans le présent reflètent une problématique inconsciente. À cause du comportement de son mari, fait entre autres de dépendance pour des prestations sexuelles tarifées, Catherine avait entamé une procédure de divorce. En même temps, elle fait un travail sur elle pour, autant que possible, être au clair. Lorsque nous analysons les histoires non terminées de ses ancêtres, les découvertes qu'elle va faire lui permettront de donner du sens aux épreuves qu'elle a traversées.

Pour commencer, elle comprend qu'elle avait endossé un rôle de mère en réparation de ce qui avait manqué chez ses aïeux, en particulier à son grand-père dont la mère avait quitté le foyer lorsqu'il était enfant. À cela s'ajoutent d'autres éléments qui permettent à Catherine de mieux réaliser pourquoi elle s'était elle-même retrouvée dans ce rôle d'une mère plutôt que dans celui d'une épouse. Son grand-père s'était détourné de son épouse pour devenir, en parallèle, le compagnon d'une autre femme. À cette dernière il offrit une maison qui devait revenir à ses descendants à lui, c'est-à-dire à la mère de Catherine, puis à Catherine elle-même.

Ne s'étant pas interrogée auparavant plus avant quant à cet héritage et testament, Catherine en vient à se questionner d'autant que, dans sa propre procédure de divorce, elle se sentait lésée à propos du partage de la vente de la maison familiale. Interpellant pour la première fois sa mère afin d'approfondir ces questions d'argent et d'héritage, Catherine découvre avec étonnement que celle-ci avait à peu près dilapidé l'argent provenant de la vente de plusieurs autres propriétés familiales ayant appartenu à sa grand-mère, épouse du grand-père en question. De plus, Catherine prend véritablement conscience que sa mère s'est totalement désintéressée de lui transmettre l'héritage que lui destinait son grand-père.

Avec cette clarification, le sentiment de Catherine de se faire gruger par son ex-mari trouvait une nouvelle explication. Parce que sa mère n'envisageait pas de respecter la volonté de son père et de

transmettre cet héritage à sa fille, Catherine était, de fait, privée d'un patrimoine familial qui, dans l'esprit de son grand-père, lui était pourtant destiné. Dans la foulée, Catherine se remémore de paroles dites lors de discussions avec des tiers et fait d'autres prises de conscience. Elle comprend que sa mère aurait, elle-aussi, entretenu des relations sexuelles tarifées, comme son ex-mari. Ce qu'elle a vu et vécu avec son ex-mari, c'est à dire l'argent dilapidé dans la sexualité et le fait d'avoir été grugée dans le partage/héritage financier des maisons, sont deux effets miroir qui font sens à Catherine en lui revenant comme un boomerang !

Grâce à la clarification de l'histoire de ses ancêtres Catherine aura levé le voile sur la signification profonde des épreuves qu'elle a traversées avec son ex-mari, lesquelles reflétaient ce qui se passait avec sa mère. À partir de là elle peut reconsidérer sa propre histoire ainsi que celle qui s'est jouée dans la vie de ses ancêtres. Elle pourra gérer sa relation à sa mère sous un autre angle, dans une nouvelle lucidité, ce qui lui évitera de revivre une situation similaire dans le futur.

Cet exemple montre de quelles manières, même s'ils échappent à notre conscience, nos héritages transgénérationnels des vécus refoulés par nos aïeux se rejouent dans l'actualité de nos existences : « tout est là ».

### ***Pénétrer dans ce qui est***

Le travail d'intégration s'inspire d'une approche particulière, la phénoménologie, centrée sur l'instant présent, dans cette confrontation directe, « ici et maintenant », à nos expériences de vie. Cette attention portée à la présence comme manière de se relier au sujet en soi se retrouve dans de nombreux enseignements spirituels orientaux. Dans notre culture occidentale, la même approche de l'instant présent existe aussi, il s'agit justement de la phénoménologie<sup>[100]</sup>. C'est d'elle que nous tenons les formules du genre « je sens donc je suis », ou « ici et maintenant » qui ont foisonnées en réaction aux traditions dualistes (corps-esprit). En vogue dans les années 1970-1990, les visionnaires de

l'antipsychiatrie avaient trouvé avec la phénoménologie les références philosophiques qui soutiennent la pertinence de leurs analyses.

Dans cette mouvance, Martin Heidegger<sup>[101]</sup> aura introduit la notion de « Dasein », qui signifie littéralement « être là ». Une thématique que l'on retrouve dans les analyses de Ludwig Binswanger, le fondateur de la *Daseinanalyse*, une approche qui synthétise psychanalyse et phénoménologie. Mais à la différence d'un Dasein qui serait « jeté dans le monde », le sujet en soi est en lien avec ses origines, d'où il advient. Ce rapport à la connaissance de ses racines se retrouve avec ce mot employé par les anciens Grecs, *Aléthèia*<sup>[102]</sup> qui signifie précisément le « non oubli ». Le lecteur comprendra son intérêt dans une perspective transgénérationnelle puisqu'il nous renvoie à l'intemporalité de la psyché ainsi qu'au dévoilement du passé resté présent parce que non intégré.

Inspirées des pratiques traditionnelles africaines, les « constellations familiales » de Bert Hellinger se réclament elles aussi d'une approche phénoménologique. « Dans ce genre de thérapie, il s'agit de développer une attitude fondamentale particulière, l'attitude phénoménologique, caractérisée par le recueillement face à la réalité. Grâce à cette attitude, nous ne sommes plus tentés de manipuler la réalité qui se révèle, ni pour l'atténuer ni pour l'accentuer. »<sup>[103]</sup>

Selon Binswanger, l'approche phénoménologique nous invite dans cette dimension propre au sujet : le présent, ou l'*ipsé*<sup>[104]</sup>. Citant Héraclite et Saint Augustin, Binswanger rappelle qu'avec l'*ipséité* de soi, il s'agit de se « chercher en soi » ou d'un « retour vers soi-même ». Voilà pourquoi Binswanger fait une distinction essentielle entre deux voies opposées en thérapie. Selon lui, seule celle qui prend en compte la dimension de l'*ipsé*, où l'on trouve le sujet en soi, aboutit à la connaissance de soi. À l'opposé, la seconde voie conduit à des connaissances sur soi<sup>[105]</sup>, à des croyances<sup>[106]</sup> métaphysiques et non pas à une intégration à proprement parler. Pour Pierre Fédida<sup>[107]</sup>, la phénoménologie renonce « à ce besoin

passionné de tirer des conclusions, de se former une opinion, un jugement, inscrit en nous par notre formation intellectuelle et naturaliste. L'attitude phénoménologique commande d'y renoncer car elle demande de laisser la chose elle-même venir à la parole.»

Lorsque nous appliquons l'approche phénoménologique au sujet en soi, nous pouvons alors parler d'une herméneutique du sujet, cette capacité à reconnaître, derrière les apparences, le sujet qui cherche à advenir chez l'autre – comme l'a fait Thésée pour Œdipe. Le sens de certains phénomènes récurrents, ou des symptômes, se révèle lorsque nous acceptons de nous y confronter, au lieu de chercher à s'en défendre. L'envers du décor peut alors nous apparaître et révéler le sens caché derrière les apparences.

En associant cette herméneutique du sujet avec l'analyse de l'arbre familial, les découvertes et les prises de consciences sont conséquentes. Nous l'avons vu, par exemple, lorsque Catherine avait pris conscience que ce qu'elle avait vécu avec son mari reflétait ce qui se jouait inconsciemment avec sa propre mère. Elle avait ainsi pu donner un sens aux impasses vécues dans son couple, et donc mieux intégrer cette partie de son histoire.

Un autre exemple tiré de ma pratique va permettre d'illustrer cette association entre une herméneutique du sujet et l'analyse transgénérationnelle. Mario vient me consulter car il ne se sent pas à sa place et se trouve en difficulté financière. Depuis l'enfance il dit craindre aussi bien des possibles violences à son égard que ses propres pulsions agressives envers ces agresseurs fantasmés. En particulier, il est très mal à l'aise lorsqu'il doit franchir la frontière, craignant d'être emprisonné et accusé à tort, sans parvenir à prouver son innocence.

Dans un premier temps, l'analyse de son arbre de famille l'amène à mieux comprendre les manques de transmission des histoires de ses aïeux Italiens pendant la guerre, les relations ambivalentes envers le régime fasciste et le changement de gouvernement qui s'est rallié à la coalition - faisant des alliés d'hier les ennemis d'aujourd'hui. Toutes ces clarifications aident Mario qui réalise à quel point ces histoires non terminées avaient influencé sa vie. Puis soudain, il découvre la vie d'un aïeul qui était un

personnage public très controversé. Il était représentant du mouvement fasciste en Suisse et entretenait des liens très étroits avec les dirigeants Italiens. À la fin de la guerre, pour éviter l'escalade de la haine le gouvernement Suisse l'a fait expulser.

Le père de Mario n'avait jamais entendu parler de cette histoire pourtant contemporaine de la jeunesse de son propre père. La découverte de cette importante partie de l'histoire de sa famille soulage Mario qui comprend d'où lui venaient certains de ses problèmes. Il s'explique aussi mieux ses conflits exacerbés pendant son adolescence avec toutes ces questions de loyauté et d'appartenance à des groupes rivaux. La découverte de ce qui l'aliénait inconsciemment lui permettra de revenir à lui-même et de relativiser certaines idées et options professionnelles qu'il considérait jusqu'alors comme définitives. Ce que d'autres lui avaient déjà conseillé de faire sans qu'il puisse jusqu'ici l'accepter, c'est maintenant de lui-même qu'il y pense. En d'autres termes, c'est en devenant plus lui-même qu'il peut mieux juger de sa situation actuelle et imaginer de nouvelles pistes pour la faire évoluer.

Comme cet exemple l'illustre, le bénéfice thérapeutique d'un travail d'intégration transgénérationnel ne dépend pas des croyances, d'explications, ou d'un renforcement de l'ego par toutes sortes de stratégies possibles et imaginables pour combattre les symptômes (et risquer de les voir revenir en pire, ou de les transmettre à la prochaine génération). Au lieu de simplement juger les expériences de vie au niveau des apparences, il s'agit plutôt d'en pénétrer la signification pour les traverser et les faire entrer dans le registre de son histoire. Au passage, nous pouvons en tirer un enseignement qui devient alors lui-même transmissible. Ainsi que je l'ai montré avec le mythe d'Œdipe, si nous nous contentons de juger les passages à l'acte symptomatiques, il devient impossible de pénétrer le sens profond du mythe, d'en retirer l'enseignement de Sophocle sur le fonctionnement des lois transgénérationnelles. Un enseignement caché derrière les apparences, réservé à ceux qui s'en montrent dignes et qui ne s'arrêtent pas aux explications toutes faites.

Nous sommes ici dans une confrontation directe avec ce qui « est », et non pas avec ce qui devrait être ou avec nos propres jugements sur les faits. Cette manière d'approcher le réel est une alternative à la tendance moderne à nous fonder sur les apparences pour développer des explications abstraites et généralistes, inadéquates dans le travail au cas par cas. Au contraire il s'agit de rester dans l'instant présent d'une expérience forcément subjective, c'est-à-dire personnelle et unique. Qui aurait pu se douter que les difficultés rencontrées par Catherine dans son couple reflétaient ce qui se produisaient inconsciemment dans son rapport à sa mère, qui aurait pu prédire que les conflits de Mario reflétaient ceux de ses aïeux pendant la seconde guerre mondiale ?

Nicolas Abraham insiste justement sur la dimension du présent dans un processus de guérison : « Le lieu véritable de la psychanalyse, ce n'est pas le temps, au sens du temps discontinu, ce n'est pas l'éternel, c'est le présent vivant, *lebendige Gegenwart*, c'est-à-dire le présent à partir duquel se réanime tout le passé, tout l'étranger et l'avenir pensable. »<sup>[108]</sup> « Le premier rôle revient au *flux vivant du présent*. Il est polarisé entre deux protagonistes, le monde d'une part et l'Ego d'autre part. [...] *Dans ce flux, il n'y a qu'une unité de la coexistence*. [...] L'Ego lui-même vit dans l'aliénation. »

Dans la mesure où les histoires non terminées de nos aïeux n'appartiennent pas au passé, mais qu'elles sont toujours représentées dans le présent, c'est aussi dans l'instant du présent que nous devons nous-mêmes nous situer. Or, cette partie de soi, propre à l'instant présent, correspond au sujet en soi. C'est donc par plus de présence à soi-même, par une meilleure connaissance du sujet en soi, que nous pouvons nous affranchir du « passé non passé ».

\*\*\*

## 9. Conclusion

Découvrir des principes communs aux connaissances anciennes et contemporaines du transgénérationnel, à plus de deux mille ans d'intervalle, voilà qui n'est pas banal. Une telle correspondance éclaire réciproquement autant les connaissances contemporaines que celles anciennes, et c'est bien sous cet angle que j'ai tenté de définir *l'intégration transgénérationnelle*.

Avec l'intégration transgénérationnelle, la psychologie des profondeurs peut développer ses premières découvertes sans plus tourner le dos aux anciennes cultures. Au contraire, en renouant et en renouvelant certains savoirs traditionnels, elle peut dépasser les habitudes et stériles querelles d'écoles modernes<sup>[109]</sup>.

Au lieu de restreindre notre champ de vision, de multiplier les spécialisations thérapeutiques comme cela se fait de nos jours, l'analyse transgénérationnelle nous invite à revenir à nos racines et à mieux nous connaître. Celui qui se connaît sera beaucoup plus ouvert aux autres, à des idées différentes, à des croyances étrangères, sans pour autant se sentir menacé par de tels échanges. Au contraire, il s'enrichira de la diversité des idées, sans perdre son temps en de vaines argumentations – qui sont alimentées par nos propres nécessités transférentielles (personnelles, familiales et culturelles). Inspirons-nous de cette époque fertile de cohabitation de la glorieuse époque athénienne qui s'est intelligemment enrichie des différences religieuses et culturelles. Pour Claude Calame<sup>[110]</sup>, « Les grecs s'accommodaient très bien de la diversité narrative. On en a le témoignage chez Aristophane comme chez Euripide, où l'on met en scène les mythes et les pratiques religieuses et politiques de la cité de Sparte, par exemple, alors que l'on est à Athènes. » Ne faut-il pas ici associer l'ouverture d'esprit d'une collectivité à la connaissance de ses racines, où la connaissance de soi n'était pas une idée abstraite comme elle l'est aujourd'hui devenue ?

Revenir sur le changement de civilisation à Athènes, c'est un peu comme si, en écartant les toiles d'araignées, dans le grenier

d'une maison ayant appartenu à des aïeux, l'on découvrait un trésor qui avait été oublié. Et bien sûr, symboliquement parlant, le trésor dont il est question, qui ponctue l'œuvre de Sophocle aussi, ce sont les retrouvailles avec soi-même, cette partie de soi presque oubliée, malgré les appels du coude de nos symptômes, personnels et collectifs.

Entièrement repensée, l'œuvre de Sophocle révèle un formidable modèle thérapeutique qui répond à de nombreuses questions contemporaines. Cette relecture transgénérationnelle du mythe d'Œdipe permet de s'affranchir des limites de notre culture dite moderne, coupée du rapport aux origines, de ses mythes fondateurs, et de restaurer un rapport à soi-même presque oublié. Une telle démarche remet en question cette tendance, typiquement moderne, à opposer nouvelles et anciennes connaissances. De nombreux courants thérapeutiques, tous plus « modernes et novateurs » les uns que les autres, répètent l'erreur de notre civilisation lorsqu'elle refoule et dénigre certains savoirs (notamment transgénérationnels), au lieu de se situer dans une continuité, pour les renouveler en les adaptant aux conditions actuelles. Le travail d'intégration offre une alternative à cette tendance moderne de vouloir s'affranchir des héritages transgénérationnels inconscients en se coupant de nos racines, jusqu'à en tomber malade.

Cette nouvelle interprétation du mythe d'Œdipe échappera probablement aux personnes qui n'ont pas conscience des lois du transgénérationnel. Pour renouer avec les profonds messages de Sophocle il faut remonter à la source en navigant à contre-courant des préjugés de notre culture moderne. Un cheminement que j'ai moi-même souvent emprunté pour tenter de faire émerger la trame profonde du mythe. À force, les grandes lignes de cette nouvelle interprétation paraissent si évidentes que l'on ne peut manquer de s'interroger sur cet oubli du transgénérationnel qui caractérise notre culture. En effet, une fois que l'on a conscience de l'importance de ce qui se transmet entre les générations il n'est plus possible de passer à côté des enseignements que Sophocle nous a laissés avec son œuvre. Voilà pourquoi, à mon sens, cette découverte de la trame transgénérationnelle qui sous-tend l'œuvre de Sophocle sur

Œdipe est une découverte majeure, au même titre que la fameuse *pierre de Rosette*<sup>[111]</sup>. Entre les lignes du récit se trouve un parfait modèle de guérison transgénérationnelle, valable hier comme aujourd'hui et demain. Un modèle symbolique très utile pour celles et ceux qui souhaitent s'initier sérieusement aux lois du transgénérationnel.

Les héritages qui se transmettent sur plusieurs générations dans une lignée familiale s'étaient sur des transmissions qui s'observent tout autant à l'échelle d'une culture. En vérité, les lois transgénérationnelles nous renvoient à la source de la psyché, vers cette distinction entre le sujet en soi et ses aliénations, vers une plus grande connaissance de soi. Le « transgénérationnel » ne renverrait donc pas dans un passé plus lointain, mais au-delà du temps, à plus de présence. Ainsi, le rapport aux origines n'est-il pas à rechercher dans une investigation historique, mais bien plutôt dans un invisible resté présent parce qu'il ne serait pas entré dans son histoire personnelle. S'il nous confronte aux limites de notre rapport au temps, le « transgénérationnel » nous renvoie surtout au sujet en chacun de nous et à son *ipséité*. La voie est alors ouverte pour engager un processus thérapeutique.

### ***Intégrer sa préhistoire***

Le développement du sujet en soi et son émancipation de ses aliénations procède d'une même transformation que celle d'Œdipe. Petites ou grandes, ces renaissances réorganisent notre rapport au monde dont certaines vérités nous sont apparues, et dont la méconnaissance nous aliénait. La renaissance d'Œdipe nous en a fourni le modèle idéal parce qu'il illustre un cas extrême d'aliénation et de guérison.

Nous ne venons pas au monde indépendamment de nos parents et de leurs familles, elles-mêmes liées à une culture, et nous ne pouvons pas nous en couper sans nous perdre. Il s'agit dès lors d'intégrer nos liens aux origines pour une transformation plus qualitative que quantitative. Celui qui se défendrait de ses héritages inconscients en érigeant de nouvelles défenses égocentriques se

désolidariserait à la fois de ses racines, du sujet en lui et des autres. Il amplifierait les effets de ses aliénations sur son entourage et sur sa descendance. S'émanciper de ses aliénations ne dépend donc pas de la mise en place de nouvelles résistances, de nouvelles explications rationnelles, ou d'un renforcement de l'ego. Au contraire, en intégrant ses origines le sujet s'inscrit dans un continuum fertile. Lui seul peut durablement se libérer des conflits inconscients qui nous empêchent d'être présent à nous-même.

Plutôt que de cultiver un fantasme moderne de coupure du rapport aux origines, une approche plus symbolique vise son intégration. Une différence essentielle comme l'explique Alan Watts<sup>[112]</sup> : « Chaque individu est une manifestation unique du Tout, comme chaque branche est un prolongement particulier de l'arbre. Pour manifester son individualité, la branche doit posséder avec l'arbre un lien sensible, de même que nos doigts, qui sont différenciés les uns des autres et se meuvent indépendamment, doivent posséder un lien sensible avec le reste du corps. Mais, nous ne le répéterons jamais assez, différenciation et séparation en sont pas synonymes. La tête et les pieds sont des choses différentes, mais non pas séparées, et bien que l'homme ne soit pas lié à l'univers par le même type de relation physique que la branche à l'arbre ou les pieds à la terre, ce lien existe néanmoins... »

Renouer avec ses origines, prendre conscience de l'existence vécue par nos aïeux, ainsi que de leurs histoires non terminées, me semble être une étape significative dans le cadre d'un développement personnel et/ou thérapeutique. En effet, qui cherche à mieux se connaître, à répondre à la fameuse question, « qui suis-je » trouvera des éléments de réponses dans l'exploration de l'histoire de son arbre de famille.

Au-delà de nos parents et de nos aïeux, nous sommes le produit de plusieurs millénaires d'évolution, d'une transformation de notre ADN qui nous relie aux origines de la vie. Selon les époques, les sociétés ont privilégié différentes manières de penser un lien aux origines ; mythologique, religieuse, ou scientifique. Les lois transgénérationnelles nous lient aussi à des origines tellement

lointaines qu'elles deviennent symboliques, intemporelles. De cette manière, le « transgénérationnel » ne nous renverrait donc pas dans le passé, mais au-delà du temps, aux sources et forces de vie qui opèrent dans l'instant présent et nous relie à nous-même, ou au sujet en soi.

La connaissance de ce sujet en soi et de son développement nous concerne aujourd'hui autant qu'elle concernait les Athéniens. Notre civilisation l'a oublié et cela s'observe dans ces lacunes de transmission que nous avons analysées à travers les exemples de thérapie. Cependant, même refoulé ou dénié, le désir d'advenir du sujet en soi ne saurait disparaître. Il se manifeste à travers toutes sortes de symptômes, pour nous inviter à mieux nous connaître.

À l'image du modèle que nous a laissé Sophocle avec son mythe d'Œdipe, le travail d'intégration transgénérationnel peut conduire à une meilleure connaissance de soi. L'apprentissage de la langue symbolique y contribue. Elle joue sur le fil du temps, permet au sujet de dialoguer entre son monde extérieur et celui intérieur, de réécrire son histoire et d'intégrer ses origines. Une langue qui traverse les frontières et les âges. Une langue qui permet le dialogue avec soi-même, les autres et le monde.

## Annexes

## Résumé d'Œdipe-roi

Alors qu'Œdipe est roi de Thèbes, des citoyens se sont rassemblés devant son palais pour lui demander son aide. Ils sont victimes d'une épidémie de peste qui décime le royaume et rend stériles aussi bien les récoltes que les animaux et les femmes. Œdipe répond qu'il souffre lui aussi d'une telle situation et qu'il entend bien y remédier. Il a déjà envoyé Créon, le frère de sa femme Jocaste, consulter l'oracle à ce sujet.

À son retour, Créon répète les paroles de l'oracle : la peste provient du meurtre non élucidé de l'ancien roi de Thèbes, Laïos. Œdipe s'engage alors à faire toute la lumière sur cet événement et décide de mener une enquête pour découvrir et punir les coupables. À cet effet, il convoque Tirésias, un devin qui, bien qu'aveugle, possède la faculté de clairvoyance. Interrogé, ce dernier refuse de dire ce qu'il sait, prétextant que cela pourrait générer une nouvelle tragédie. En colère, Œdipe menace Tirésias et le force à parler. À contrecœur, le devin cède et révèle qu'Œdipe est lui-même le coupable qu'il recherche. Il précise que le coupable est en même temps frère et père de ses enfants, fils et époux de la femme qui l'a mis au monde...

Loin de pouvoir assimiler une telle révélation, Œdipe soupçonne Tirésias et Créon de comploter contre lui pour lui ravir son trône. Jocaste tente d'apaiser la querelle naissante et banalise les propos de Tirésias : « Personne ne saurait, sans risquer de se tromper, interpréter correctement les oracles. » La preuve en est, poursuit-elle, qu'une prédiction annonçait que Laïos devait mourir de la main de son fils, alors que, selon les dires d'un serviteur rescapé, Laïos fut assassiné par des brigands, au croisement des chemins de Delphes et de Daulis. Mais les arguments de Jocaste ne calment pas Œdipe. Il se souvient d'un épisode ancien, quand lors d'une fête, un ivrogne avait prétendu qu'il était un enfant trouvé. L'annonce avait de quoi surprendre Œdipe, toujours traité et considéré comme le fils de Polybe et Mérope, roi et reine de Corinthe. Même si ces derniers

nient ces allégations, angoissé et victime de cauchemars, Œdipe part interroger l'oracle. Ce dernier, au lieu de répondre, lui prédit qu'il épousera sa mère, engendrera une descendance maudite et tuera son père. Pour éviter que ne s'accomplisse ce tragique destin, Œdipe, épouvanté, au lieu de retourner à Corinthe vers ceux qu'il considère comme ses parents, prend la direction de Thèbes. En chemin, un homme le provoque à un carrefour pour lui disputer la priorité. Dans la bagarre qui s'ensuit, Œdipe tue son agresseur et plusieurs personnes de sa suite, alors qu'un serviteur prend la fuite.

Pour faire toute la lumière sur cette affaire, Œdipe ordonne que l'on retrouve le serviteur rescapé qui avait vu les brigands tuer Laïos. Mais voici qu'arrive un messager en provenance de Corinthe. Il annonce la disparition du roi Polybe, mort de maladie et de vieillesse. Cette nouvelle soulage Œdipe qui pense ainsi avoir échappé à la prédiction : il ne tuerait donc pas son père. Le messager précise alors que cette inquiétude n'était pas fondée, Polybe n'étant pas son père biologique. Lui-même avait reçu Œdipe lorsqu'il était bébé, des mains d'un berger de la maison de Laïos, alors qu'il se trouvait sur le Mont Cithéron. Au lieu d'abandonner le nourrisson aux bêtes sauvages, pendu par les pieds comme l'avait ordonné le roi Laïos, ce berger, pris de pitié, avait préféré le donner à un étranger. Le nouveau-né ayant été ramené à Corinthe, Polybe et Mérope qui souffraient de stérilité avaient décidé de l'adopter et lui avaient donné le nom d'Œdipe en raison de ses pieds enflés.

À la suite de ces révélations, soucieuse, Jocaste demande à Œdipe de ne pas poursuivre ses recherches. Mais Œdipe est déterminé à connaître la vérité. Puisqu'il est né à Thèbes, il souhaite connaître l'identité de ses parents, dans l'espoir de savoir s'il est ou non d'une noble souche. Comment expliquer, sinon, le fait que Jocaste lui demande d'arrêter là son enquête, autrement qu'en supposant qu'elle puisse rougir de l'éventualité d'une humble origine ? Œdipe poursuivra son enquête, convaincu de toute façon qu'il est « fils de la Fortune généreuse », n'en concevant lui-même aucune honte.

Or, voici que l'on amène le serviteur qui prétendait que Laïos avait été assassiné par des brigands. Aussitôt, le messager de

Corinthe reconnaît en lui l'homme rencontré sur le Mont Cithéron, celui-là même qui lui confia Œdipe. Forcé à parler, le vieux serviteur avoue que ce bébé n'était autre que le fils de Laïos et de Jocaste. À cause de la prédiction affirmant qu'Œdipe tuerait ses parents, ces derniers l'avaient condamné à périr sur le Mont Cithéron. Mais il n'avait pas pu se résoudre à obéir à l'ordre de Laïos et avait préféré confier l'enfant au messager venu de Corinthe.

En découvrant sa véritable histoire, Œdipe réalise que, malgré lui, il a bel et bien commis le parricide et l'inceste comme l'oracle l'avait prédit. Déjà en état de choc à cause de cette révélation, voilà qu'on lui annonce que Jocaste vient de se pendre dans sa chambre. Œdipe s'y précipite et là, fou de douleur, il se crève les yeux avec les broches qui retenaient les vêtements de celle qui fut à la fois sa mère et son épouse. Dans l'égarément qui est le sien, Œdipe demande à être exilé et abandonné à son maudit sort. Mais Créon choisit de s'en remettre à l'oracle afin de savoir ce qu'il convient de faire.

## Résumé d'Œdipe à Colone

Sur la route de l'exil, accompagné par sa fille Antigone, Œdipe est fatigué lorsqu'il arrive à Colone. À peine s'est-il assis qu'un habitant de la région lui demande de quitter cet endroit, car c'est un lieu sacré, interdit à toute présence humaine. Mais cette annonce réjouit Œdipe parce qu'elle signifie qu'il est enfin arrivé au terme de son douloureux exil. Œdipe confie alors à sa fille que l'oracle lui avait également prédit qu'il trouverait l'hospitalité dans ce lieu sacré, celui des Déesses Redoutables et que s'il s'y fixait, il deviendrait un bienfaiteur pour ceux qui l'y accueilleraient.

Œdipe demande que l'on informe Thésée, roi de cette contrée, du fait qu'en échange d'un petit bienfait il pourrait recevoir un grand profit. En attendant l'arrivée de Thésée, les sages de Colone s'emploient à vouloir chasser Œdipe afin d'éviter qu'il ne souille de sa présence ce lieu sacré. Mais voici qu'arrive Ismène, la deuxième fille d'Œdipe. Elle annonce une prochaine guerre entre ses deux frères, Polynice et Étéocle, lesquels se disputent le trône de Thèbes. Elle ajoute que les Thébains tenteront de s'emparer d'Œdipe puisqu'un nouvel oracle prédit que le sort sera favorable à ceux qui posséderont sa personne ou sa dépouille. Ismène précise encore que si les Thébains tentent de disposer de lui pour les prévenir des pires augures, ils n'accepteront pas pour autant qu'il revienne sur sa terre natale. Ils prévoient simplement de le garder près de la frontière. Averti des véritables intentions des Thébains, Œdipe maudit ses fils, lesquels, une fois de plus, préfèrent la couronne de Thèbes au bien-être de leur père. Il se plaint de la conduite de ses fils. Ceux-ci refusèrent de l'exiler lorsqu'il le demandait et plus tard, une fois la douleur diminuée, ils n'avaient pas pris sa défense lorsqu'il fut condamné à l'exil alors qu'il eût préféré un autre sort.

Mais voici que Thésée arrive pour rencontrer Œdipe. Après avoir échangé avec lui quelques paroles de respect mutuel, Thésée déclare qu'il sait bien, pour l'avoir également vécu, ce que signifie vivre en exil ; en tant que simple mortel, il ne saurait, pas plus

qu'Œdipe, disposer des lendemains. Il accède donc à la demande d'hospitalité d'Œdipe et l'assure de sa protection. Soulagé, Œdipe déclare qu'avant de disparaître, il confiera à Thésée un secret qui le maintiendra, lui et ses sujets, à l'abri du besoin.

Créon fait alors son apparition et propose à Œdipe de le suivre pour retourner à Thèbes. Mais, grâce à l'avertissement d'Ismène, Œdipe ne se laisse pas bernier. Il accuse Créon de chercher à l'abuser au moyen de belles paroles. Laisant apparaître son vrai visage, Créon lui annonce qu'il a déjà fait enlever Ismène et ordonne maintenant à ses gardes d'enlever Antigone, non sans provoquer la protestation des habitants de Colone. Emporté par la colère, Créon menace maintenant de se saisir d'Œdipe. Il se justifie en accusant Œdipe d'être un criminel. Ce dernier lui répond qu'il est innocent des crimes dont on l'accuse, qu'il est victime de ce que les dieux avaient décidé pour lui avant même sa naissance. Quant au reproche qui lui est fait d'avoir épousé Jocaste, Œdipe reconnaît que ce fut une union illégale, mais il précise qu'elle eut lieu malgré lui puisqu'il ignorait tout de sa naissance. Sur sa lancée, c'est lui maintenant qui reproche à Créon d'être sans conscience en lui rappelant d'une part la cause de toutes ses souffrances, et en continuant à l'outrager d'autre part, alors qu'il est innocent. Après avoir assisté à cette confrontation, Thésée, fidèle à sa promesse, engage une bataille contre les ravisseurs et ramène ses filles au vieil Œdipe.

Polynice, ensuite, demande à rencontrer son père. Il le supplie de l'aider dans la lutte qui l'oppose à son frère quant à la possession du trône de Thèbes. Mais Œdipe explique qu'il est dorénavant devenu un autre et que ses fils ne sont plus ses fils. Il ne saurait lever la malédiction qui pèse sur eux ni infléchir un destin dont ils ont eux-mêmes décidé.

On entend alors un grand vacarme : c'est la foudre de Zeus qui appelle Œdipe à son dernier rendez-vous. Il fait chercher Thésée afin que ce dernier l'accompagne vers cet ultime épisode de sa vie. Œdipe répète à son hôte qu'il va lui léguer un secret qui garantira sa prospérité. Il insiste cependant sur le fait que pour jouir de ce bonheur, il ne devra pas oublier le nom d'Œdipe. Un messager, qui avait accompagné les deux hommes à bonne distance, relate à

Ismène et à Antigone le spectacle qu'il lui fut donné de voir. Le tonnerre du dieu appelait Œdipe alors que Thésée se couvrait les yeux, comme ébloui par la présence divine. Œdipe serait mort de façon mystérieuse, enlevé par les dieux ou englouti par la terre. Quoiqu'il en soit, lorsqu'il revient vers Antigone et Ismène, Thésée annonce qu'elles peuvent cesser de se lamenter puisque la paix avec les morts est maintenant garantie. Avant de disparaître, Œdipe aura tenu sa promesse et transmis à Thésée le secret qui garantira la prospérité de son royaume.

\*\*\*

# Glossaire

## ***Aliénation***

Le verbe « aliéner »<sup>[113]</sup> apparaît en droit (1265) comme emprunt au latin *alienare*, « rendre autre » ou « rendre étranger », dérivé de *alienus*, « autre », lui-même de *alius* (ailleurs, alias, alibi). Après l'ancien provençal *aliénât*, « aliéner » se spécialise au XIIIe siècle, avec la valeur de « rendre fou quelqu'un ».

Le mot « aliénation » se spécialise en 1811 au sens de « folie ». Au XXe siècle, le mot aliénation (puis aliéner, aliénant en 1943, chez Sartre) a connu une nouvelle carrière, étant choisi pour traduire l'allemand *Entfremdung*, importante notion philosophique chez Hegel, puis Marx, « état ou l'être humain est comme détaché de lui-même, détourné de sa conscience véritable par les conditions socio-économiques ». Le succès du concept amène l'emploi du mot et de certains dérivés (aliénant, aliénateur) dans un sens plus vague : « perte par l'être humain de son authenticité », réunissant le thème cher au XVIIIe siècle des méfaits de la vie en société.

## ***Le Ça, le Moi et le Surmoi***

Freud distingue trois instances qui ont partie liée dans le fonctionnement du psychisme, le Ça, le Moi et le Surmoi. Nous retrouvons l'usage du mot « Ça » dans le langage courant : Comment ça va ? Ça va bien, ça va mal, a-t-on coutume de dire. Le Ça désigne les forces vitales d'une personne, ses pulsions ou encore sa libido. Le Ça ne connaît ni normes (interdits ou exigences), ni réalité (temps ou espace), il répond au principe de plaisir, recherchant la satisfaction immédiate de ses besoins.

Le Moi est l'instance psychique qui aménage les conditions nécessaires à la satisfaction des pulsions tout en tenant compte des exigences du réel. Il gère les exigences du ça et celles du surmoi. Il est à la fois conscient, préconscient et inconscient. Le Moi évolue en fonction des processus d'intégration ou de refoulement.

Le Surmoi est une entité psychique qui domine le Moi et lui en impose. Il est une sorte de structure morale (conception du bien et du mal), souvent sévère et cruelle, qui est passée de l'extérieur à l'intérieur de la psyché. En effet, pendant l'enfance, ce sont les adultes qui tiennent un discours surmoïque (généralement hérité de leurs propres parents) et progressivement, ce discours fait d'obligations et d'interdits opère ensuite tout seul, dans l'esprit de l'adulte. Dans ce sens, il s'agit clairement d'une forme d'aliénation, même si elle reflète des normes admises en société. Le Surmoi est un agent critique (persécutant), essentiellement inconscient, responsable du refoulement des pulsions qu'il censure.

## ***Le positivisme***

Auguste Comte (1789-1857) introduit une nouvelle démarche dans les sciences humaines : le positivisme. Il voudrait fonder par la raison une science de l'homme rigoureusement objective. Les scientifiques devraient collectionner des observations, sans préjugés, afin d'accumuler des faits à partir desquels l'on tente d'extraire des généralisations, c'est-à-dire des lois scientifiques abstraites susceptibles de s'appliquer universellement.

Cette démarche tente tout d'abord de *décrire* la réalité puis, avec les lois scientifiques, tente de *prédire* l'évolution d'un observable étant donné des variations de facteurs analysés. L'idée étant que si l'on peut prédire, il deviendra possible de *contrôler*. De cette manière la science devrait pouvoir tout expliquer et ceci dans un système abstrait de théories logiques. Trop idéaliste par certains aspects, le positivisme a parfois conduit à ces dérives que l'on qualifie de « scientisme ».

Même si les limites du positivisme logique ont été démontrées, cette manière causale et rationaliste de penser le monde continue à passer pour être scientifique. Elle a envahi le champ des sciences humaines, soucieuses de scientificité. Ses limites sont pourtant importantes. La principale critique consiste à dénoncer l'idée qu'il serait possible d'observer le monde sans préjugés ou sans filtres. Si un chercheur travaillait effectivement sans pré-connaissances, comment pourrait-il extraire parmi la masse de données celles qui s'organiseraient en une loi scientifique ? Il doit nécessairement s'appuyer sur un ensemble de connaissances, mêmes limitées, pour pouvoir organiser son observation. En vérité, la supposée neutralité de l'observateur n'est pas possible.

À l'examen, le critère d'objectivité des positivistes se révèle être une pure idéologie. Celle-ci est particulièrement flagrante lorsqu'il s'agit d'étudier le psychisme (et plus largement les sciences humaines) puisqu'il n'est pas possible de s'observer sans que n'intervienne des connaissances, conscientes et inconscientes.

## ***La phénoménologie***

Pour la phénoménologie, l'Être est la chose première. D'abord nous sommes, nous existons, ensuite sommes-nous comme ceci ou comme cela, ensuite les *étants* sont-ils comme ceci ou comme cela. Ainsi la phénoménologie différencie l'Être des « étants ». Ce qui relève de l'Être, c'est le fait même d'exister. Les « étants » pour leurs parts désignent les choses telles que nous nous les appréhendons le plus souvent, non pas en fonction de leur être, mais pour ce qu'elles représentent en elles-mêmes. Pour la phénoménologie, ce n'est que dans l'Être que la signification des choses, ou des *étants*, nous est révélée.

Cette philosophie, développée par Heidegger<sup>[114]</sup>, restaure la primauté de l'Être sur les *étants*, lesquels n'existent que s'il y a d'abord de l'Être. Merleau-Ponty illustre le rapport de l'être à l'*étant* par une analogie : l'illumination donne la possibilité de percevoir des objets, une chambre. Pour lui, l'acte de dévoilement de l'être est similaire à l'illumination d'une chambre. L'illumination nous permet de percevoir des objets, mais elle n'est elle-même pas un objet à regarder. Sans lumière on ne percevrait pas d'objet, de même que sans être, il n'y aurait pas d'*étant*.

Au contraire, la métaphysique interroge l'*étant* en tant qu'*étant*. C'est-à-dire qu'elle détermine les *étants* en eux-mêmes et non pas dans leurs rapports à l'être. « Dans la mesure où elle ne représente constamment que l'*étant* en tant qu'*étant*, la métaphysique ne se tient pas dans sa pensée à l'Être lui-même... Une pensée qui pense la vérité de l'Être ne se contente plus de la métaphysique ; mais elle n'en pense pas pour autant contre la métaphysique ». À propos de son livre *Être et temps*, Heidegger il s'agit d'une pensée qui s'achemine vers un dépassement de la métaphysique.

Pour Heidegger la philosophie n'arrive à une vérité que si elle s'interroge sur l'être des *étants*. C'est par cette interrogation qu'elle peut dévoiler une compréhension, une explicitation du phénomène sur lequel elle se penche. Il est donc indispensable de dépasser la métaphysique si l'on veut que celle-ci prenne un sens.

## ***La connaissance de son « Soi »***

C'est également dans le présent que la connaissance de soi prend sa véritable signification. Pour bien le comprendre, il convient de différencier la connaissance de soi de la connaissance sur soi. Dans ce dernier cas, il s'agit d'informations à propos de soi, perçues d'un point de vue extérieur ou soi-disant objectif. Ainsi une personne peut dire « je suis maniaque » et croire qu'elle se connaît alors qu'elle ne fait que de porter un jugement sur elle-même. Ce genre de connaissance « sur » soi est toujours tributaire d'un discours positiviste qui use de représentations auxquelles il faudrait croire.

La connaissance de soi – ou « connaissance du Soi » faudrait-il peut-être dire - est tout autre qu'une connaissance sur soi. Elle n'est pas abstraite, mais vivante, sensorielle, en lien avec ce qui est vécu dans l'ici et maintenant. Cette connaissance de soi est globale, rationnelle, irrationnelle, émotionnelle. Elle procède de l'existence elle-même, de l'Être plus que de l'Avoir.

\*\*\*

## Bibliographie

ABRAHAM Nicolas et TOROK Maria (1987), *L'écorce et le noyau*, Flammarion, Paris.

ABRAHAM Nicolas (1999), *Rythmes ; de la philosophie, de la psychanalyse, de la poésie*, Aubier, Paris.

ALVES-PERIE Élisabeth (2015) « Les Van Gogh : des gens très bien », dans *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.

AUSLOOS Guy (1980), « Œdipe et sa famille, ou les secrets sont faits pour être agis » dans *Dialogue*, n°70, AFCCC, Paris.

BALIER Claude (1996), *Psychanalyse des comportements sexuels violents*, PUF, Paris.

BETTELHEIM Bruno (1976), *Psychanalyse des contes de fées*, Robert Laffont, Paris.

BINSWANGER Ludwig (1955-1957), *Analyse existentielle et psychanalyse freudienne*, Gallimard, 1970, Paris.

CANAULT Nina (1998), *Comment paye-t-on les fautes de ses ancêtres*, Desclée de Brouwer, Paris.

CLAVIER Bruno (2013), *Les fantômes familiaux*, Payot, Paris.

CORNIOU Marine, « Nos états d'âmes modifient notre ADN », *Sciences et Vie*, 1110 (03/2010), Paris.

DUMAS Didier (2000), *Et l'enfant créa le père*, Hachette Littérature, Paris.

DUMAS Didier (2001), *La Bible et ses fantômes*, Desclée de Brouwer, Paris.

FEDIDA Pierre (1970), « Binswanger et l'impossibilité de conclure », préface à *Ludwig Binswanger, analyse existentielle et psychanalyse freudienne*, Gallimard, Paris.

FERENCZI Sándor (1908), « Transfert et introjection », dans *Psychanalyse I*, Payot, Paris, (1968).

FRAIBERG Selma (1999), *Fantômes dans la chambre d'enfants*, PUF, Paris.

FREUD Sigmund, (1981), « Le moi et le ça », dans *Essais de psychanalyse*, Payot, Paris.

- FREUD Sigmund (1923), *Totem et tabou*, Payot, Paris, (1965).
- FREUD Sigmund (1939), *Moïse et le monothéisme*, Gallimard, (1948), Paris, p.134.
- FREUD Sigmund (1966), *Cinq leçons sur la psychanalyse*, Payot, Paris.
- FREUD Sigmund (1971), *Malaise dans la civilisation*, PUF, Paris.
- FREUD Sigmund (1992), « Le clivage du moi dans le processus de défense », dans *Résultats, idées, problèmes*, PUF, Paris.
- FROMM Erich, *Le langage oublié, introduction à la compréhension des rêves, des contes et des mythes*, 2002, Payot.
- GAILLARD Thierry (2012), *L'autre Œdipe, De Freud à Sophocle*, Écodition, Genève.
- GAILLARD Thierry (2013), *Sophocle thérapeute, la guérison d'Œdipe à Colone*, Écodition, Genève.
- GAILLARD Thierry (2014), *La renaissance d'Œdipe, perspectives traditionnelles et transgénérationnelles*, Écodition, Genève.
- GAILLARD Thierry (2014), *L'intégration transgénérationnelle, Aliénation et connaissance de soi*, Écodition, Genève.
- GAILLARD Thierry (2014), *Exemples d'intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif, Écodition, Genève.
- GAILLARD Thierry (2015-2017), *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, tome 1 et 2, ouvrage collectif, Écodition, Genève.
- GAILLARD Thierry (2016), *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif, Écodition, Genève.
- HACHET Pascal (2001) « Traumas collectifs, mythes, rites et toxicomanie », dans *La psychanalyse avec Nicolas Abraham et Maria Torok*, Rouchy J.-C., Erès, Ramonville Sainte Anne.
- HEIDEGGER Martin (1927), *Être et Temps*, Gallimard, Paris.
- HELLINGER Bert (2010), *À la découverte des constellations familiales*, Jouvence, Bernex-Genève.
- HOROWITZ Elisabeth (2015), « Les secrets de famille de Jack Nicholson », dans *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.
- HUMBERT Jean (1847), *Mythologie grecque et romaine*, Duprat, Paris.

JUNG Carl Gustav, *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Gallimard (1964), Paris.

JUNG Carl Gustav, (1991), *Ma vie, souvenirs, rêves et pensées*, Gallimard, Paris.

JUNG Carl Gustav, *L'âme et le Soi, renaissance et individuation*, Albin Michel (1990), Paris.

MEAUTIS Georges (1957), *Sophocle, essai sur le héros tragique*, Albin Michel, Paris.

MIJOLLA de Alain (1981), *Les visiteurs du moi*, Les Belles Lettres, Paris.

MOREL-FERLA Denise (2015), *Les ressources créatives des familles d'artistes*, Ecodition, Genève.

MOREL-FERLA Denise (2015), « Les fantômes de la famille Perrault », dans *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.

NACHIN Claude (2001), « Unité duelle, crypte et fantôme » dans *La psychanalyse avec Nicolas Abraham et Maria Torok*, sous la direction de J.-C. Rouchy, Érès, Paris.

NAOURI Aldo (1985), *Une place pour le père*, Seuil, Paris.

RAMAUT Pierre (2016), « La psychanalyse transgénérationnelle et le chamanisme pour guérir des fantômes », dans *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, Editions Ecodition, Genève.

RAND NICOLAS, (2001). *Quelle psychanalyse pour demain ? Voies ouvertes par Nicolas Abraham et Maria Torok*, Érès, Ramonville Sainte Anne.

REFABERT Philippe, GARNER Georg, DUBARRY Claude et MELESE Lucien (1997), *Les Travaux d'Œdipe*, L'Harmattan, Paris.

RESWEBER Jean-Paul (1996), *Le transfert : enjeux cliniques, pédagogiques et culturels*, l'Harmattan, Paris.

RICHARD Michel (1998), *Les courants de la psychologie*, Chroniques Sociales, Lyon.

ROUCHY Jean-Claude (2001), *La psychanalyse avec Nicolas Abraham et Maria Torok*, Érès, Paris.

SCHÜTZENBERGER Anne-Ancelin (1998), *Aïe mes aïeux !* Desclée de Brouwer, Paris.

SELLAM Salomon (2007), *Le syndrome du gisant*, Bérangel, Saint-André-de-Sagonis.

SICHOVSKY Peter (1987), *Naître coupable, naître victime*, Maren Sell, Paris.

SOPHOCLE (1973), *Tragédies*, Gallimard, Paris.

SZONDI Léopold (1972), *Introduction à l'analyse du destin*, tome 1 et 2, éditions Nauwlaerts, Paris.

TISSERON Serge (1995), *Le psychisme à l'épreuve des générations : clinique du fantôme*, Dunod, Paris.

TISSERON Serge (1992), *Tintin et les secrets de famille*, Aubier, Paris.

TOLLÉ Eckhart ((1999), *Le pouvoir du moment présent*, Edition j'ai lu, Paris.

TOROK Maria (2002), *Une vie avec la psychanalyse ; inédits et introuvables, présentés par Nicholas Rand*, Aubier, Paris.

TYOU Virginie (2016), *Voyage en mer intérieure*, Ker édition.

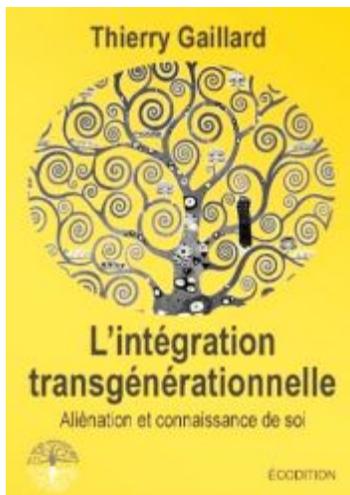
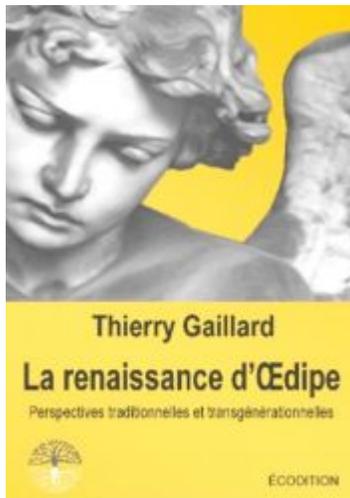
VERNANT Jean-Pierre et VIDAL-NAQUET Pierre (1994), *Œdipe et ses mythes*, Complexe, Bruxelles.

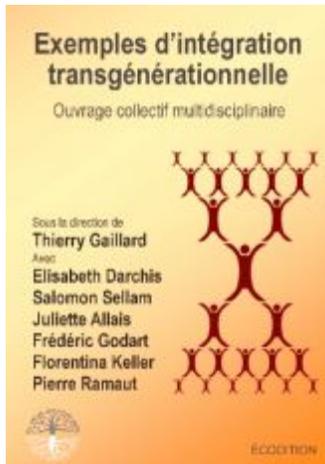
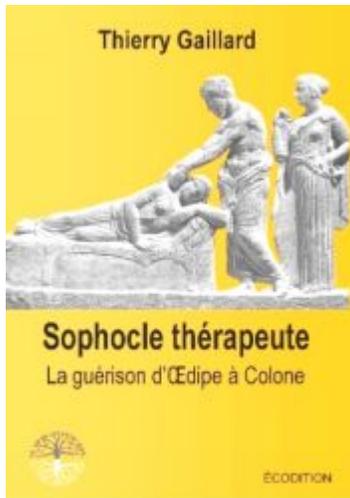
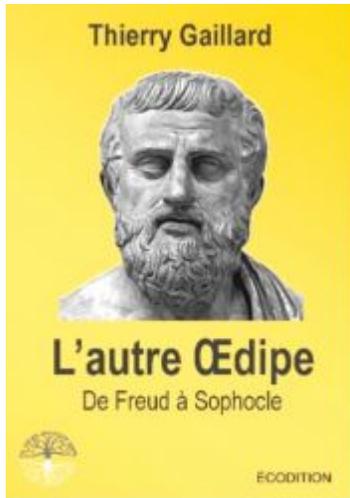
WATTS Alan (1966), *Le livre de la sagesse*, Denoël, Paris.

\*\*\*

## Du même auteur

Commandez les ouvrages d'ECODITION directement chez l'imprimeur [www.lulu.com](http://www.lulu.com) (FR, BE, CH, CA, etc.)





# Le transgénérationnel dans la vie des célébrités

TOME 1

Camille Claudel, Charles Perrault, Jack Nicholson, George  
Bush, Sigmund Freud, Victor Hugo, Vincent Van Gogh

Édité par

**Thierry Gaillard**

Avec

Ghislain Devroede

Denise Morel-Feria

Élisabeth Horowitz

Simone Bard Cordier

Élisabeth Alves-Périé

Marc-André Colton



ÉCODITION

# Le transgénérationnel dans la vie des célébrités

TOME 2

Gustave Courbet, Louis Aragon, Michael Caine, Alain Bashung,  
Antoine de Saint-Exupéry, Roman Gary, Alexandre Jardin

Édité par

**Thierry Gaillard**

Avec

Denise Morel-Feria

Élisabeth Horowitz

Manuelle Sekely

Brigitte Besset-Collet

Éléonore Béchaux

Tamara Boyer



ÉCODITION

# Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle

Sagesse traditionnelle et pratiques contemporaines

Édité par

**Thierry Gaillard**

Et avec

Olivier Douville

C. Michael Smith

Élisabeth Horowitz

Myron Eshowsky

Iona Miller

Pierre Ramaut



ÉCODITION

## 4ème de couverture

Nous sommes liés à nos ancêtres comme un arbre peut l'être à ses racines. Leurs caractéristiques et leur ADN nous habitent tout comme leurs histoires non terminées. En effet, les traumatismes, les deuils non faits, les vécus conflictuels, les secrets, se répercutent de génération en génération et influencent la vie des descendants.

Pour autant, et malgré l'influence de ces héritages transgénérationnels, l'auteur nous rappelle que nous ne sommes pas juste le produit du passé, ni le simple fruit de notre arbre de famille. Nous avons la possibilité de réécrire l'histoire faussée, incomplète ou manquante. À l'aide de nombreux exemples, l'auteur montre de quelle manière l'analyse de l'histoire de nos aïeux permet de comprendre et de guérir toutes sortes d'énigmes et de symptômes. Goethe le disait déjà : « l'héritage qui t'est venu de tes ancêtres, il te faut l'acquérir pour mieux le posséder ».

Pour la première fois, un auteur propose une synthèse des approches ancestrales et contemporaines du transgénérationnel. Il fait référence aux dettes transgénérationnelles (l'*ate* grec) dans les mythes et s'inspire de la devise des Anciens, *connais-toi toi-même*, pour revenir à l'essentiel et y prendre racine.

---

**Thierry Gaillard** M.A. est diplômé de l'université de Genève, psychothérapeute accrédité, spécialisé en psychologie des profondeurs, intégration transgénérationnelle et herméneutique. Dans ses livres, il montre comment rétablir une continuité entre les savoirs anciens et modernes. Son programme de formation s'adresse à un public international (webinaires). [www.thierry-gaillard.com](http://www.thierry-gaillard.com)

[1] L'analyse complète est présentée dans mon article « Je suis la mère de ma mère », paru dans *Exemples d'intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif, (2014) Ecodition éditions, Genève.

[2] Salomon Sellam (2014), « Le transgénérationnel dans les maladies pulmonaires », dans *Exemple d'intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif, Editions Ecodition, Genève.

[3] Marc Wolynn (2016), *It didn't start with you*, Viking, New York.

[4] Claude Nachin (2001), « Unité duelle, crypte et fantômes », dans *La psychanalyse avec Nicolas Abraham et Maria Torok*, Éres, Paris.

[5] Syncope provoquée par immersion dans une eau glacée.

[6] Pierre Ramaut (2016), « La psychanalyse transgénérationnelle et le chamanisme pour guérir des fantômes », dans *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.

[7] Au début du 20<sup>ème</sup> siècle, la psychologie des profondeurs portait sur l'ensemble de la psyché (dont l'inconscient) avant d'être politisée et réduite en de nombreuses écoles

cloisonnées, les freudiens se réservant le terme de psychanalyste.

[8] Sigmund Freud (1939), *Moïse et le monothéisme*, Gallimard, Paris

[9] Carl Jung (1966), *Ma vie, souvenirs, rêves et pensées*, Gallimard, Paris. (p.283).

[10] Ferenczi, Adler, Abraham, Groddeck, Frankl, Perls, Reich, Binswanger, Bleuler, Szondi, etc.

[11] DSM, ouvrage de référence pour les médecins, déterminant les critères de ce qui devrait être médicalisé ou pas.

[12] Ibidem, p.15.

[13] Szondi Léopold (1972), *Introduction à l'analyse du destin*, tome 1, éditions Nauwlaerts, Paris, p. 47.

[14] Branche de la philosophie qui donne à la question de l'être et de la présence (Dasein), la place centrale (sorte de « pleine conscience » avec au centre un sujet qui pense véritablement).

[15] Abraham et Torok (1978), *L'écorce et le noyau*, Flammarion, Paris.

[16] Serge Tisseron (sous la direction de) (1995), *Le psychisme à l'épreuve des générations : clinique du fantôme*, Dunod, Paris ; Rand N, (2001). *Quelle psychanalyse pour demain ?* Erès ; Rouchy JC. (Dir.) (2001), *La psychanalyse avec Nicolas Abraham et Maria Torok*, Erès.

[17] Voir « Le positivisme » dans le glossaire.

[18] Serge Tisseron (sous la direction de) (1995), *Le psychisme à l'épreuve des générations : clinique du fantôme*, Dunod, Paris.

[19] Yehuda, R, Schmeidler, & al. T. *Vulnerability to posttraumatic stress disorder in adult offspring of Holocaust survivors*. Am J Psychiatry. 1998 ; 155 : 1163–1171.

[20] Marine Courniou, « Nos états d'âmes modifient notre ADN », Sciences et Vie, 1110 (03/2010), Paris, Veenendaal M, & al. *Transgenerational effects of prenatal exposure to the 1944–45 Dutch famine*. BJOG 2013; 120 :548–554.

[21] Katharina Gapp & al. *Implication of sperm RNAs in transgenerational inheritance of the effects of early trauma in mice*, Nature Neuroscience 17, 667–669 (2014).

[22] Voir la définition complète de l'aliénation dans le glossaire.

[23] Un sujet que je développe dans mes autres livres, plus théoriques.

[24] *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, Th. Gaillard, C. Michael Smith, Olivier Douville, Pierre Ramaut, Elisabeth Horowitz, Iona Miller, Myron Eshowsky, 2016, Ecodition Editions, Genève.

[25] Thierry Gaillard (2016), *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.

[26] Carl G. Jung (1998), *Sur l'interprétation des rêves*, Albin Michel, Paris.

[27] Hésiode (1999), *Théogonie, les travaux et les jours*, Le Livre de Poche, Paris.

[28] Hécaté de Milet, écrivain ionien, voyageur, savant, fût un des premiers à dessiner une carte du pourtour Méditerranéen.

[29] Jean, 15 : 1-17.

- [30] Didier Dumas (2001), *La Bible et ses fantômes*, Desclée de Brouwer, Paris, p.19.
- [31] *Ezéchiel* 18, 2 et suiv. *Jérémie* 31, 29.
- [32] Homère, *L'Illiade*, Chant VI, v.119 et s.
- [33] À propos de la conscience des lois transgénérationnelles dans l'Antiquité, voir *Sophocle thérapeute* (2013, Écodition).
- [34] *Sophocle thérapeute, la guérison d'Œdipe à Colone*, 2013, Ecodition, Genève.
- [35] Eric Dodds (1977), *Les Grecs et l'irrationnel*, Flammarion, Paris, pp.42-43.
- [36] Gustave Glotz (1904), *La solidarité dans la famille Grecque*, Albert Fontemoing, Paris, p. 575.
- [37] À l'époque, la notion d'individu n'avait pas la signification qu'on lui donne aujourd'hui, plus « egocentrique ».
- [38] Hermès Trismégiste (2011), *Corpus Hermeticum*, Tome I, les Belles Lettres, Paris, p. 63.
- [39] *Le Kybalion, études sur la philosophie hermétique*, Perthuis, Paris, p. 57.
- [40] Une thématique que je développe dans mon livre *Sophocle thérapeute*, Ecodition.
- [41] Ivan Boszormenyi-Nagy, (1980), *Psychothérapies familiales*, PUF, Paris.
- [42] Serge Tisseron, (2001) « Les secrets de famille, la honte, leurs images et leurs objets », dans *La psychanalyse avec Nicolas Abraham et Maria Torok*, Rouchy J.-C., Erès, Ramonville Sainte Anne.
- [43] Virginie Tyou (2016), *Voyage en mer intérieure*, Ker éditions.
- [44] Elisabeth Horowitz (2015), « Les secrets de famille de Jack Nicholson », dans *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, tome 1, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.
- [45] Nina Canault (1998), *Comment paye-t-on les fautes de ses ancêtres*, Desclée de Brouwer, Paris.
- [46] Pascal Hachet (2001) « Traumas collectifs, mythes, rites et toxicomanie », dans *La psychanalyse avec Nicolas Abraham et Maria Torok*, Rouchy J.-C., Erès, Ramonville Sainte Anne.
- [47] Voir les analyses Peter Sichrowsky présentées dans *L'intégration transgénérationnelle*, Ecodition, 2014, Genève, p. 16.
- [48] Anne-Ancelin Schützenberger (1998), *Aïe, mes aïeux !* Desclées de Brouwer, Paris, p. 72.
- [49] Myron Eshowsky (2016), « Les histoires qui n'en finissent pas : guérir les traumas transgénérationnels collectifs », dans *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, Ecodition, Genève.
- [50] Guy Ausloos (1980), « Œdipe et sa famille, ou les secrets sont faits pour être agis », dans *Dialogue*, n°70, AFCCC, Paris.
- [51] Anne-Ancelin Schützenberger (1998), *Aïe, mes aïeux !* Desclées de Brouwer, Paris, p. 72.
- [52] Salomon Sellam, *Exemples d'intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif (2014, Ecodition), et *Le syndrome du gisant*, (2007, Bérangel), Saint-André-de-Sagonis.

- [53] Serge Tisseron (1995), *Le psychisme à l'épreuve des générations : clinique du fantôme*, Dunod, Paris.
- [54] Bruno Clavier (2013), *Les fantômes familiaux*, Payot, Paris.
- [55] Maria Torok, « Histoire de peur, le symptôme phobique : retour du refoulé ou retour du fantôme ? », dans *L'écorce et le Noyau*, Flammarion, Paris.
- [56] Selma Fraiberg (1999), *Fantômes dans la chambre d'enfants*, PUF, Paris, p.109.
- [57] Nous savons que l'être humain possède cette faculté de s'adapter, même à ses dépens, aux situations les plus étranges, et parfois parvenir à les justifier.
- [58] Aldo Naouri (1985), *Une place pour le père*, Seuil, Paris.
- [59] Rainer Maria Rilke (1929), *Les cahiers de Malte Laurids Brigge*, Seuil 1966, Paris, pp.90-91.
- [60] Guy Ausloos (1980), « Œdipe et sa famille, ou les secrets sont faits pour être agis », dans *Dialogue*, n°70, AFCCC, Paris.
- [61] Alain de Mijolla (1981), *Les visiteurs du moi*, Les Belles Lettres, Paris.
- [62] Philippe Grimbert (2005), *Un secret*, Le livre de poche, Paris.
- [63] Nina Canault, *Comment paye-t-on les fautes de ses ancêtres ? L'inconscient transgénérationnel*, Desclée de Brouwer, Paris.
- [64] Denise Morel-Ferla (2015), « Les fantômes de la famille Perrault », dans *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.
- [65] Serge Tisseron (1992), *Tintin et les secrets de famille*, Aubier, Paris.
- [66] Interview paru dans le journal *Psychologie* (avril 1999).
- [67] Alves-Périé Élisabeth (2015) « Les Van Gogh : des gens très bien », dans *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, ouvrage collectif, Ecodition, Genève.
- [68] Voir mon article, « Camille Claudel rattrapée par son héritage transgénérationnel » dans *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, ouvrage collectif, 2015, Ecodition, Genève.
- [69] « Gustave Courbet, entre ombre et lumières » dans *Le transgénérationnel dans la vie des célébrités*, tome 2, 2017, Ecodition.
- [70] Freud voit dans le nirvâna une absence d'excitation : « On sait que nous avons reconnu dans la tendance à la réduction, à la constance, à la suppression de la tension d'excitation interne, la tendance dominante de la vie psychique et peut-être de la vie nerveuse en général (principe de Nirvâna, selon une expression de Barbara Low). » Sigmund Freud (1920), « Au-delà du principe de plaisir », dans *Essais de psychanalyse* (1981), Payot, Paris, p.104.
- [71] Michel Richard, (1998), *Les courants de la psychologie*, Chroniques Sociales, Lyon, p. 168.
- [72] Sándor Ferenczi, *Psychanalyse*, IV, Payot, 1982, Paris, p. 133.
- [73] Nicolas Abraham et Maria Torok (1987), *L'écorce et le noyau*, Flammarion, Paris, p. 265.
- [74] Philippe Grimbert (2001), *La petite robe de Paul*, Grasset & Flasquelle, Paris.

- [75] Carl Gustav Jung (1964), *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Gallimard, Paris.
- [76] Carl Gustav Jung (1964), *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, Gallimard, Paris, pp. 115-116.
- [77] Claude Béran et Dominique De Vargas (2002), « Chronique d'une session de groupe avec des auteurs d'abus sexuels », dans *Psychiatrie et violence* n°12, Forensic, Paris.
- [78] Salomon Sellam (2007), *Le syndrome du gisant*, Bérangel, Saint-André-de-Sagonis, p.262-263.
- [79] Holistique vient du grec *holos*, qui signifie « le tout ». Une perspective holistique de l'être humain tient compte de ses dimensions physique, mentale, émotionnelle, familiale, culturelle, spirituelle.
- [80] Didier Dumas (2000), *Et l'enfant créa le père*, Hachette Littérature, Paris, p. 143.
- [81] Bruno Bettelheim, *Psychanalyse des contes de fées*, Robert Laffont, 1976, Paris, p. 21.
- [82] Erich Fromm, *Le langage oublié, introduction à la compréhension des rêves, des contes et des mythes*, 2002, Payot.
- [83] Pierre Vidal-Naquet (1994) « Œdipe à Athènes », dans *Œdipe et ses mythes*, avec Jean-Pierre Vernant, Edition Complexe, Paris.
- [84] Voir mon article : « Sophocle psycho-chamane d'avant-garde », paru dans *Chamanisme, rapport aux ancêtres et intégration transgénérationnelle*, ouvrage collectif paru chez Ecodition.
- [85] Pour une analyse plus détaillée, voir mon livre : *Sophocle thérapeute, la guérison d'Œdipe à Colone*, Ecodition, Genève.
- [86] Une thèse que j'ai présentée et développée en détail dans mes précédents livres.
- [87] Voir le chapitre 7 de *L'intégration transgénérationnelle*, Ecodition (2014), Genève.
- [88] *Œdipe-roi* et *Œdipe à Colone* sont résumés dans l'annexe.
- [89] Avec l'instrumentalisation croissante des ressources naturelles, la pollution, les épidémies de certaines maladies, nous sommes toujours, voir plus que jamais, concerné par cet enseignement.
- [90] Je développe cette thématique dans *L'autre Œdipe, De Freud à Sophocle*, (Ecodition).
- [91] L'analyse complète, sur cinq générations, est présentée dans *La renaissance d'Œdipe* (Ecodition).
- [92] Je présente mon analyse transgénérationnelle du destin d'Antigone dans *L'intégration transgénérationnelle*, Ecodition, Genève.
- [93] Didier Dumas (2000), *Et l'enfant créa le père*, Hachette, Paris.
- [94] Pour l'analyse complète ; *La renaissance d'Œdipe*, Ecodition.
- [95] *Sophocle thérapeute, la guérison d'Œdipe à Colone*, 2013, Ecodition éditions, Genève.
- [96] Hermès Trismégiste, *Corpus Hermeticum*, tome I à IV, Les Belles Lettres, Paris.

[97] Eckhart Tollé (1999), *Le pouvoir du moment présent*, Edition j'ai lu, Paris.

[98] Voir *Sophocle thérapeute, la guérison d'Œdipe à Colone*, Ecodition, 2013, Genève.

[99] Au sens large, l'herméneutique est l'art de l'interprétation. Une herméneutique du sujet interprète la vérité du sujet derrière ses aliénations et le fait sortir de l'ombre.

[100] Voir glossaire : Phénoménologie.

[101] Dont le destin ressemble sur certains points à celui d'Œdipe, accusé de conduites « hautement impardonnables ».

[102] *Aléthèia* est formé de la particule « a » qui signifie la négation et *Thèia* qui signifie l'oubli, pour ensemble signifier le « non oublié ».

[103] Bert Hellinger (2010), *À la découverte des constellations familiales*, Jouvence, Bernex-Genève.

[104] *Ipsé* signifiant « même, en personne ; lui-même, elle-même » et par extension « en soi, par soi, de soi-même ».

[105] Voir le glossaire : connaissance de soi.

[106] Ce qui explique les aliénations et autres « loyautés » aux diverses écoles psychanalytiques, dont les effets « thérapeutiques » dépendent d'une fermeture à la différence et à la nouveauté.

[107] Pierre Fédida (1970), "Binswanger et l'impossibilité de conclure", préface de l'ouvrage *Ludwig Binswanger, analyse existentielle et psychanalyse freudienne*, Gallimard, Paris, p. 25.

[108] Nicolas Abraham (1999), *Rythmes ; de la philosophie, de la psychanalyse, de la poésie*, Aubier, Paris, p. 167 et 175.

[109] Pour une analyse approfondie de cette extension de la psychanalyse vers la véritable signification du mythe d'Œdipe, où les liens aux parents dépendent essentiellement de ces héritages transgénérationnels inconscients, voir mon analyse dans *L'autre Œdipe, de Freud à Sophocle*, éditions Ecodition, Genève.

[110] Claude Calame, Interview paru dans *La Grèce et ses dieux*, Le Point, juillet-août 2016, Paris.

[111] La pierre de Rosette est un fragment de granit sur laquelle un même texte fut gravé en trois langues (en hiéroglyphes, en égyptien démotique et en alphabet grec), ce qui permis des traductions et le déchiffrement des hiéroglyphes.

[112] Alan Watts (1966), *Le livre de la sagesse*, Denoël, Paris, p.79.

[113] D'après le dictionnaire historique de la langue française, *Le Robert*, Paris, p. 45.

[114] Selon Martin Heidegger (1927), *Être et temps*, Gallimard, Paris, p. 62.